DEBACQ LIBRARY

GYMNASTIQUE

MÉDICINALE

ET CHIRURGICALE.

AVIS DU LIBRAIRE.

CET Ouvrage n'ayant pu être imprimé sous les yeux de l'Auteur, il n'eſt pas étonnant qu'il ſe ſoit gliſſé dans l'impreſſion quelques fautes, pour leſquelles on prie les Lecteurs de vouloir bien conſulter l'Errata qui eſt au commencement.

47224

GYMNASTIQUE
MÉDICINALE
ET CHIRURGICALE,
OU
ESSAI

Sur l'utilité du Mouvement, ou des différens Exercices du corps, & du repos dans la cure des Maladies;

PAR M. TISSOT,

Docteur en Médecine, & Chirurgien-Major du quatrième Régiment des Chevaux-Légers.

A PARIS,

Chez BASTIEN, Libraire, rue du Petit-Lion, près de la nouvelle Comédie Française, quartier du Luxembourg.

M. DCC. LXXX.

Avec Approbation & Privilege du Roi.

WELLCOME
HISTORICAL
MEDICAL
LIBRARY

A

MON MAÎTRE,

A

MON AMI,

Me. LE PREUX,

Docteur-Régent de la Faculté de Médecine de Paris, ancien Professeur de Pharmacie, &c.

MONSIEUR,

Une Epître dédicatoire est ordinairement un tribut de flatterie; celle-ci ne ressemblera point à la plupart des autres, puisque vous

avez exigé que ce fût l'amitié sincere, qui me la dictât, & que vous m'avez imposé un silence absolu sur les qualités de votre esprit & de votre cœur.

C'est par un effet de cette même modestie que vous voulez bien regarder comme votre collegue un homme qui n'est que votre disciple, & comme l'un de vos amis & de vos égaux un jeune débutant.

Je tremble en ce moment, j'ai devant les yeux le Public, le sentiment de ma faiblesse, & sur-tout la crainte qu'on ne me demande un Ouvrage digne de celui à qui j'ai cru en devoir faire l'hommage : pour me rassurer un peu, je me suis persuadé que chacun de mes Lecteurs deviendrait comme vous, d'autant plus indulgent, qu'il serait plus éclairé ;

Je suis avec une estime aussi affectueuse que distinguée,

MONSIEUR,

Votre très-humble & très-obéissant serviteur,

TISSOT.

PLAN DE L'OUVRAGE.

EXPOSER les effets du Mouvement en général, des différens Exercices du corps & ceux du repos ; assigner les indications suivant lesquelles on doit en prescrire l'usage dans la cure de quelques Maladies internes & externes : tel est mon plan, que je vais faire précéder de l'Histoire abrégée de l'origine & des progrès de la Gymnastique Médicinale jusqu'à nos jours.

ERRATA.

Page 228, dans la note latine, ligne 3, neque ceſtui, liſez *neque æſtui.*

Idem, ligne 4, quàm replete, liſez *quam repleto.*

Page 130, lig. 17 ceux qui les conſultent, *liſ.* ceux qui les conſeillent.

Page 189, lig. 5, morbiphique, *liſ.* morbifique.

Page 221, lig. 2. Jérôme Mercuriel, *liſ.* Jérôme Mercurial.

Page 228, lig. 23, déveoppement, *liſ.* développement.

Page 239, lig. 10, aux diſtentions, *liſ.* diſtentions.

Page 313, lig. 14, révoli.ion, *liſ.* révolution.

Page 315, lig. 13, l'émophthiſie, *liſ.* l'hémophthiſie.

Page 318, lig. 8, ou, *liſ.* où.

Page 319, lig. 10, retournerait, *liſ.* retournait.

Page 325, lig. 1 & 2, ôtez chirurgicale.

Page 343, lig. 16, uniorme, *liſ.* uniforme.

Page 363, note, lig. 3, eut, *liſ.* peut.

HISTOIRE

TABLE

DES

MATIERES

CONTENUES

Dans la Gymnaſtique Médicinale & Chirurgicale.

Histoire abrégée de l'origine & des progrès de la Gymnaſtique Médicinale juſqu'à nos jours, page 1

Diviſion de la premiere Partie, 15

Chapitre premier. *Du Mouvement en général,* 17

N. B. Depuis l'impreſſion de cet Ouvrage, le Libraire a cru devoir y ajouter une Table pour la commodité du Lecteur.

CHAP. II. *Effets plus particuliers & plus ſenſibles du mouvement*, page 23

CHAP. III. DES EFFETS RELATIFS DU MOUVEMENT, 35

§. PREMIER. *Effets relatifs au temps*, ibid.

——— *au lieu*, 38

——— *au degré*, 41

——— *à la durée*, 46

CHAP. IV. DES DIFFERENTS EXERCICES DU CORPS : *on les diviſe en trois genres*, 49

§. I. EXERCICES DU PREMIER GENRE, 52

☞ *Sous ce titre, on expoſe les effets de l'Exercice du Billard*, ibid.

——— *du Palet, de la Boule, des Quilles*, 53

——— *du Mail, de la Paume, du Volant*, 54

——— *du Ballon*, 57

——— *de la Chaſſe*, 58

——— *de la Natation*, 60

——— *de l'Eſcrime*, 62

——— *de la Danſe*, 64

Effets de l'action de sauter, page 67

—— *de la promenade*, 68

—— *de monter & descendre*, 71

—— *de l'action de voyager à pied, & courir*, 73

—— *du frottage*, 74

Des Exercices qui ne mettent en action que les extrémités supérieures, 1°. de ceux qui exercent particuliérement les bras, 75

2°. De ceux qui ne mettent en action que les mains & les doigts, 79

Des Exercices de la voix, 80

§. II. EXERCICES DU SECOND GENRE, 95

☞ *Sous ce titre, on expose les effets de l'Exercice, de l'agitation opérée par le branle du berceau, de la litiere, de la chaise à porteurs, du batteau, du carrosse, du traîneau, de la charrette, de la navigation, &c.; & on divise ces Exercices en modérés, en violents*, 96-102

§. III. EXERCICES DU TROISIEME GENRE, 109

☞ *Sous ce titre, on expose les effets de l'Exercice*

de la branloire, du jeu de l'eſcarpolette, & de l'équitation, avec différents degrés de mouvement.

CHAP. V. REGLES GYMNASTIQUES, page 120

§. I. *Le choix des exercices*, 122

§. II. *Le choix du temps*, 129

§. III. *La meſure, la durée de l'exercice proportionnées à l'âge, au ſexe, au tempérament du malade, & à la ſaiſon où il eſt exercé*, 126

§. IV. *Précautions à prendre après l'exercice fini*, 141

CHAP. VI. *DU REPOS*, 145

§. I. *Des effets du repos*, 146

§. II. *Regles générales concernant le repos*, 155

SECONDE PARTIE.

Indications ſuivant leſquelles on doit preſcrire l'uſage du mouvement & du repos dans la cure des maladies en général, 171

CHAPITRE PREMIER. *Indications d'après leſquelles le repos doit être preſcrit dans le traitement des maladies*, 174

§. I. *Maladies inflammatoires en général, telles que la fievre aiguë, le phlegmon, l'érésipele, &c.* page 175

La petite vérole, 184

Les contusions, les plaies & les ulceres, 194

§. II. *Des Maladies internes & externes de la tête,* 200

Des Maladies des yeux, 208

De l'Esquinancie, 211

§. III. DES MALADIES DU TRONC, *telles que les commotions générales, &c.* 213

Maladies inflammatoires de la poitrine, 216

De l'Hémophthisie & des plaies pénétrantes de poitrine, 217

Maladies qui surviennent aux mamelles, telles que les contusions, les dépôts de lait, le Squirrhe, le Cancer, &c. 222

Maladies du bas-ventre, telles que les contusions ou contre-coups aux visceres, les plaies pénétrantes, les hernies, la colique néfrétique, la pierre, les hémorroïdes, la fistule à l'anus, les chûtes des intestins & de la matrice, la gonorrhée, l'inflammation aux testicules, les pertes de sang, &c. 228

§. IV. *Maladies des extrêmités, telles que les plaies, les ulceres, les fractures, les luxations, les anovrisfmes, &c.* page 239

Des entorses, ou foulures, 253

Chapitre second. *Indications suivant lesquelles on doit prescrire le mouvement dans la cure des maladies,* 260

☞ *Avant que d'entrer en matiere, l'Auteur combat les préjugés de ceux qui ne sont pas persuadés de l'efficacité du mouvement, dirigé à propos & avec prudence, dans la cure des maladies chroniques internes ou externes.*

§. I. *Des Convalescents,* 264

Des Ecrouelles, 272

Du Rachitis, 280

Du Scorbut, 291

De la Vérole, 294

§. II. *Des Maladies de la tête. De l'Apoplexie, de la Paralysie,* 299

Du bégayement, & autres maladies de l'organe de la voix, 305

§. III. *Maladies chroniques du tronc, & particuliérement de la poitrine, telles que la*

vomique, on les dépôts enkiſtés du poumon, & de la phthiſie, page 313

Maladies chroniques du bas-ventre, telles que la foibleſſe & le relâchement de l'eſtomac, les obſtructions du foie & des viſceres, la jauniſſe, l'hydropiſie, l'hypocondrie, &c. 320

L'incontinence d'urine & l'iſchurie veſſicale, 322

Les pâles couleurs, 324

Corps étrangers introduits dans l'eſtomac ou les inteſtins : par quelles ſortes d'exercices peut-on faciliter leur expulſion, 326

§. IV. *Maladies des extrêmités, telles que le Rhumatiſme, la Goutte, &c.* 328

De l'Ankiloſe, &c. 335

§. V. *De l'orthopédie, ou des difformités naiſſantes du corps en général,* 355

Des difformités du tronc, & entr'autres de la potrine, telles que la boſſe, 358

Difformités de la colonne épiniere dans ſa partie cervicale, 360

Difformités de la colonne épiniere dans ſa partie dorſale & combaire, page 365

SUPPLÉMENT.

Des Frictions ſeches, 382

Effets des Frictions, 383

Regles générales pour aſſurer le ſuccès des Frictions, 387

Indications ſuivant leſquelles on doit preſcrire l'uſage des différentes Frictions dans le traitement des maladies.

HISTOIRE

HISTOIRE

ABRÉGÉE

DE L'ORIGINE ET DES PROGRÈS

DE LA

GYMNASTIQUE MÉDICINALE,

JUSQU'A NOS JOURS.

LA Gymnaſtique eſt cette partie de la Médecine, qui enſeigne la maniere de conſerver ou de rétablir la ſanté, par l'uſage de l'exercice.

La Gymnaſtique Médicinale ayant pris naiſſance de la militaire, elle doit néceſſairement lui avoir été poſtérieure, comme l'effet l'eſt toujours à ſa cauſe.

Lorſque les maladies, qui ſont pour la plupart le fruit de l'intempérance & de l'oiſiveté, eurent réduit les hommes

à la triſte néceſſité d'avoir recours aux Médecins ; ceux-ci, déjà convaincus ſans doute que rien ne contribue plus à la conſervation & au rétabliſſement de la ſanté qu'un exercice proportionné aux différences des complexions, des âges & des ſexes, & connaiſſant d'ailleurs le penchant de l'homme à tout ce qui était du reſſort de la Gymnaſtique, ne balancerent point à s'emparer de tout ce que cet Art pouvait leur fournir d'avantageux pour ſeconder les vues de leurs malades. A cette époque, la Gymnaſtique Médicinale commença d'éclorre.

M. Burette (1) fixe ſa naiſſance au ſiecle de Platon, & Galien (2) aſſure qu'Eſculape en fut l'Auteur. De quoi ne l'était-il pas dans l'eſprit des Grecs ! La preuve que Galien donne en faveur

---

(1) Le premier Vol. de l'Acad. des Inſcriptions, &c.

(2) *Galen. ad Thraſibulum lib. utrùm Medicinæ ſit, vel Gymnaſtices hygiene. Opera hip. coi & Galeni pergameni. Medicor. omnium principum. T. V. Renat. Charter.*

du fils d'Apollon, c'eſt qu'il ordonnait à ſes malades d'aller à cheval, de s'exercer étant armés, & qu'il leur preſcrivait même les ſortes de mouvemens qu'ils devaient faire, & l'eſpece d'armes dont ils devaient ſe ſervir en s'exerçant. Cette raiſon prouve bien mieux qu'Eſculape connut quelques principes de la Gymnaſtique Médicinale, qu'elle ne perſuade qu'il en fut l'inventeur.

On dit encore qu'Aſclépiade (1) &

(1) Aſclépiade pratiquait la Médecine ſans l'aide des médicamens, & ne guériſſait ſes malades que par la ſeule façon de vivre. On remarque que de ſon tems, il n'y avait que quatre à cinq choſes deſquelles on uſait en toutes ſortes de maladies : ſavoir, faire diete du boire & du manger, frotter le corps, faire exercice, ſe promener à pied & à cheval, faire bercer les malades pour les endormir.

Celſe dit que la méthode d'Aſclépiade, dans la cure des maladies aiguës ou chroniques, était de bien fatiguer les malades pendant trois jours ; il les expoſait pour cet effet à une grande lumiere ; il les empêchait de dormir ; il leur faiſait endurer la ſoif, ſans leur permettre de ſe rincer ſeulement la bouche ; il les faiſait porter d'un lieu dans un autre ; il les faiſait balancer dans des lits ſuſpendus ; il leur preſcrivait

Médée (1) faisaient pratiquer à leurs malades à-peu-près les mêmes exercices qu'Esculape aux siens. Mais supposé que l'un ou l'autre eût déjà reconnu les avantages du mouvement pour la santé, il y a grande apparence, & c'est du moins le témoignage de Platon, qu'Hérodicus alla plus loin, & qu'il fut le premier qui fit un Art particulier de la Gymnastique appliquée à la santé (2).

---

beaucoup de frictions, & après les avoir bien fatigués pendant trois jours, il leur donnait de la nourriture le quatrieme.

(1) *Medea hominibus juventutem restituisse, & in robustiorem eos ætatem retraxisse fingitur : propterea que eam venesicam fuisse aiunt. At non ita est : fuit fœmina prudens, quæ exercitationibus gymnasticis molles & effeminatas, otioque corruptos ad integram sanitatem traduxit, & laboribus in locis calidis firmavit. Eam ob causam fabulæ occasio data, quasi homines coquendo in iuventutem restituerit.* Plempii, de togat. valetud. tuend. Commentatio, cap. 7.

(2) Hérodicus avait appris d'ailleurs par sa propre expérience, de quelle utilité les exercices du corps pouvaient être pour la santé. Il s'était vu attaqué, au rapport de Plutarque, d'une maladie réputée incurable ; il s'en guérit par l'exercice, & il s'en guérit si bien, qu'il parvint à un âge avancé. *Hist. de la Santé, par Mackensit.*

En effet on pratiquait, avant Hérodicus, pluſieurs manieres d'exercices dans les Jeux publics, qu'on célébrait avec beaucoup de ſolemnité : mais ceux qui avaient inſtitué ces Jeux, ne s'étaient propoſé que de divertir le peuple, ou de rendre les corps plus diſpos, plus forts, & plus propres à la guerre, ou d'obtenir par eux la faveur des Divinités en l'honneur deſquelles ces Jeux ſe célébraient. Une couronne & l'honneur d'avoir vaincu étaient toute la récompenſe du vainqueur. Il fallait qu'elle fût bien grande cette récompenſe aux yeux du préjugé, car on ne ſe préſentait point à ces Jeux publics, ſans s'être exercé long-tems dans les Académies particulieres, qu'on nommait *Gymnaſia*, ou *Paleſtræ*.

Hérodicus, qui était Maître d'une de ces Académies, ayant remarqué que les jeunes gens qu'il avait ſous ſa conduite, & qu'il inſtruiſait aux exercices de la lutte, du pugilat, &c. devenaient

pour l'ordinaire d'une ſanté très-robuſte, que même les plus faibles d'entr'eux ſe fortifiaient ſouvent : Hérodicus inſtruit d'ailleurs par ſa propre expérience, fit alors une réflexion très-naturelle, & qu'on eût dû faire long-tems avant lui : ſavoir, que l'exercice & le mouvement pouvaient contribuer infiniment à la ſanté du corps & à ſa vigueur. Portant enſuite ſes vues plus loin, il fit une ſeconde réflexion preſque auſſi naturelle que la premiere, puiſqu'elle en découlait : celle de croire qu'on pouvait rendre les différens exercices non ſeulement utiles à l'acquiſition de la ſanté, mais encore à la conſervation de la vie ; & de ces deux réflexions il conclut la poſſibilité d'introduire avec ſuccès les Exercices Académiques dans l'Art de guérir, en les ſoumettant aux regles & aux principes de cet Art. D'après cette conſéquence, qu'il crut avec raiſon auſſi juſte qu'elle était intéreſſante, Hérodicus ne balança plus ; il abdiqua la

Gymnaſtique Militaire & Olympique, pour ne plus s'attacher qu'à la Gymnaſtique Médicinale. Il en traça les regles, il en donna les préceptes, & à ce prix il mérita ſans doute, plus qu'aucun autre de ceux qui l'avaient devancé, d'être regardé comme l'inventeur de cette partie de la Médecine.

Nous ne pouvons que haſarder des conjectures ſur les regles que preſcrivait Hérodicus; nous avons perdu ſes Ouvrages (1), mais, ſi nous en croyons

(1) Il y a apparence, d'après Galien, qu'elles regardaient d'un côté les différentes ſortes d'exercices que l'on pouvait pratiquer pour la ſanté, & de l'autre, les précautions qu'il y avait à prendre, ſelon la différence des perſonnes, des tempéramens, des âges, des climats, des ſaiſons, des maladies, &c. Rien n'empêche de croire encore, d'après Hipocrate, qu'Hérodicus réglait auſſi fort exactement, & même trop rigoureuſement la maniere de ſe nourrir, ou de faire abſtinence, par rapport aux divers exercices que l'on faiſait, & aux différentes vues que l'on pouvait avoir.

Je viens de dire que nous avions perdu tous les Ouvrages de ce Médecin; mais s'il eſt vrai, ce que Pline a obſervé, que pour les bien entendre, il fallait être ſavant dans la Muſique & dans la Géométrie, & que

Hipocrate, qui avait été ſon Diſciple, la maniere dont il dirigeait les exercices dans les maladies, n'était rien moins que ſalutaire aux malades. « Il » tuait les fébricitans, dit-il, par l'ex- » cès des promenades, par la lutte, » la diete & les fomentations ; n'y » ayant rien de plus pernicieux pour » ceux qui ont la fievre, que la faim, » la lutte, les promenades & les fric- » tions (1) ».

Hipocrate fait encore à Hérodicus d'autres reproches non moins graves, touchant ſa Gymnaſtique. « Prétendant » ſurmonter, dit-il, la fatigue que » cauſe la maladie, par une autre fati- » gue, Hérodicus attirait à ſes malades,

---

l'étude en était ſi difficile, que la plupart de ſes Diſciples l'avaient abandonné : ce témoignage de Pline doit infiniment diminuer nos regrets.

(1) *Herodicus febricitantes tum multis obambulationibus, tum multâ luctâ & fomentis conficiebat. Idque malè : febris enim fami, luctæ, obambulationibus, curſibus, frictioni, iiſque utique omnibus eſt inimica.* De Morb. popul. L. *V.* Sect. 3. p. 344. n°. 50.

» tantôt des inflammations, tantôt des » maux de côté, &c. ». Cette cenſure, qu'Hipocrate fait ici de ſon Maître, prouve qu'Hérodicus, inventeur d'un moyen très-ſalutaire, en abuſait quelquefois. (Car *s'exercer*, dit un Moderne, *n'eſt pas s'excéder.*) La preuve en eſt qu'Hipocrate lui-même preſcrivait l'exercice à ſes malades, quoiqu'il ne le crût pas, ainſi qu'Hérodicus, utile à tous les cas.

Ceux qui vinrent après Hérodicus & Hipocrate, embraſſerent avec tant d'ardeur la Gymnaſtique Médicinale, qu'il n'y en eut aucun qui ne la jugeât une partie eſſentielle de la Médecine. Nous n'avons plus les écrits que Dioclès, Praxagore, Philotime, Eraſiſtrate, Hérophile, Aſclépiades, Théon, Diotime, & pluſieurs autres, avaient compoſés ſur cette matiere : mais ce qui s'en trouve dans Galien, & dans les Auteurs qui les citent, ſuffit pour nous convaincre que la Gymnaſtique Médicinale était

dans la plus grande eſtime & du plus grand uſage chez les Anciens.

Les Modernes n'en ont pas fait moins de cas ſans doute. La preuve en eſt qu'en deſcendant de ſiecle en ſiecle juſqu'à nos jours, nous trouvons Galien, Celſe, Oribaſe, Ætius, Jérôme Mercurial (1), Mar-

(1) Jérôme Mercurial, pendant les ſept ans qu'il demeura à Rome, les employa partie à enſeigner la Médecine, partie à cultiver les Belles-Lettres. Les Monumens de l'antiquité, dit le Doct. Eloi, qui avaient échappé à l'injure des tems, les précieux manuſcrits qu'il trouva dans les riches Bibliotheques de la Capitale du monde, les Ouvrages imprimés de toute eſpece qu'il eut la facilité d'y conſulter; tous ces ſecours l'aiderent à compoſer ſon Traité, *de Arte Gymnaſticâ*, qu'il publia lui-même, & qui eſt, ajoute M. Eloi, le meilleur de tous ſes Ouvrages.

En effet on y trouve des recherches curieuſes ſur les exercices qui ont été le plus en uſage chez les Anciens, la Deſcription de leurs Jeux & de leurs Courſes, avec de ſavantes explications. Mais une choſe qu'on eſt en droit de reprocher à Mercurial, c'eſt que, trop paſſionné pour l'Antiquité, dans l'étude de laquelle il s'était enſeveli, il pouſſe ſon enthouſiaſme juſqu'à condamner l'exercice du cheval, dont les Anciens faiſaient peu de cas, & que ſe bornant aux exercices uſités chez eux, dans un Traité qu'il vou-

filius-Cagnatus, Sanctorius, Rivinus, Sthal, Jonsthon, François Fuller (1), Sydenham, Baglivi, Boerrhave, Wansvieten; en un mot, tout ce qu'il y a eu de grands Maîtres, & d'excellens praticiens, qui tous ont recommandé l'exercice, la promenade, l'équitation, &c.

---

lait rendre utile à ses Contemporains, il ne fait aucune mention de ceux qui ont été en usage dans les siecles moins reculés.

(1) Cet Auteur, dans sa Médecine Gymnastique; qui parut en Anglais au commencement du dix-huitieme siècle, s'est proposé spécialement de faire envisager l'exercice comme essentiel à la guérison de la consomption, de l'hydropisie & des affections hypocondriaques. Cet excellent Traité, qu'il serait à souhaiter qu'on eût traduit en notre Langue, contient tant de choses importantes pour la santé, que des gens qui sentent le prix de ce genre d'étude, ne le liront jamais sans plaisir & sans fruit. Un autre objet sur lequel il s'est expliqué avec autant d'exactitude que d'intelligence dans le même Traité, c'est l'usage de la brosse & des frictions.

Ce Livre a pour titre, *Medicina Gymnastica: or, a Treatise concerning the Power of Exercise, With Respect to the animal Oeconomy; And the great Necessity of it, in the cure of Several distempers. By Francis Fuller M. A. The Sixth Edition. London 1728.*

comme des moyens excellens de guérison dans plusieurs maladies.

Enfin dans notre siecle & de nos jours, un Médecin célebre sorti de l'Ecole de l'Hypocrate Hollandais, est venu ajouter le dernier degré de gloire & de succès à la Gymnastique Médicinale. Appellé à Paris, il y a quelques années pour y pratiquer l'inoculation sur la personne d'un Prince cher à la Nation, il y fut à peine connu, que la foule des malades l'investit; il prêcha dans ce pays-ci une doctrine que nos Médecins n'avaient pu faire recevoir: cette doctrine fut celle du mouvement & des exercices du corps. Comme il est un moment où la vérité qu'on a rejetée, s'établit enfin en dépit de tous les efforts qu'on fait contr'elle, M. Tronchin fut heureux, il persuada; & alors il fut du bon ton de faire de l'exercice, nos Petites-Maîtresses adopterent ce moyen curatif, comme une mode nouvelle. La lupart des malades qui consultaient

M. Tronchin, étaient des gens riches, perdus par la molleſſe, l'oiſiveté & la bonne chere ; l'exercice & la diete, voilà quelle devait être leur médecine, auſſi M. Tronchin eut-il les ſuccès les plus brillans. Quand on a des connaiſſances auſſi profondes que M. Tronchin, on voit que, dans bien des cas, la bonne médecine n'eſt pas tant l'art de faire des remedes, que celui d'apprendre à s'en paſſer.

Notre Gymnaſtique actuelle conſiſte principalement en jeux & en plaiſirs. Mais nous avons banni de nos mœurs libres & enjouées cet appareil impoſant dont les Grecs & les Romains relevaient leur maniere de s'exercer. Nos principaux jeux ſont le mail, le billard, la paume, le volant, le ballon, la boule, les quilles, &c. qui peuvent tous être employés utilement dans l'art de guérir.

Les voitures de toute eſpece, les promenades publiques qui décorent nos Villes & leurs environs, la chaſſe,

l'équitation, &c. fourniſſent à chacun différens moyens de graduer le mouvement relativement à ſon goût & à ſes beſoins. Mais il n'appartient qu'aux Médecins de diriger l'uſage de tous ces exercices, & d'en faire la juſte application.

Ce principe qui eſt vrai par rapport à toutes les maladies en général, le devient encore plus, lorſqu'il s'agit du traitement des maladies chirurgicales; & c'eſt pour cette raiſon que je m'étendrai plus particuliérement ſur cet objet, parce que cette matiere eſt preſque neuve.

PREMIERE PARTIE.

Des effets du Mouvement & du Repos.

Singula quæque locum teneant aptata decenter.

JE traiterai du mouvement en général ; j'expoſerai ſes effets les plus ordinaires & les plus ſenſibles. Je rangerai enſuite ſes eſpeces différentes, ou les différens exercices du corps chacun dans leur claſſe ; & je ferai connaître comment ils agiſſent ſur lui & ſur ſes différentes parties, relativement au tems, au lieu, à la nature de l'exercice, à ſon degré & à ſa durée. Autant de détails, qui améneront comme naturellement les regles gymnaſtiques les plus propres à procurer au mouvement & à ſes différentes eſpeces tout le ſuccès que l'on en peut attendre,

Enfin je ſuivrai à l'égard du repos à-peu-près la même marche que j'aurai ſuivie à l'égard du mouvement (1).

---

(1) Par le plan que nous venons de nous tracer, nous promettons d'être méthodiques dans cet écrit ; mais nous ne ſaurions nous flatter de pouvoir être courts. On ſait ce mot d'Horace, *Brevis eſſe laboro, obſcurus fio.* Cependant ce ſerait moins l'obſcurité que nous aurions à craindre ici en voulant nous rétrécir & nous abréger, que le danger preſque certain d'étrangler les matieres au lieu de les traiter, de les effleurer au lieu de les approfondir. Si donc nous ſommes longs & diffus, ſi nous le paraiſſons même, (ce que nous tâcherons d'éviter), notre excuſe ſera dans la grandeur & l'importance de notre ſujet.

CHAPITRE PREMIER.

Du Mouvement en général.

QU'EST-CE que le mouvement? Nous n'entreprendrons point de définir le mouvement: la définition en ſerait peut-être plus difficile (1) qu'on ne penſe. Nous nous contenterons d'en expliquer les propriétés, d'en expoſer les opérations relativement à notre objet.

Le mouvement eſt l'ame de toute la nature; c'eſt avec lui que nous commençons notre exiſtence; que nous la terminons quand il nous abandonne. Il nous conduit à la mort en travaillant à main-

(1) Je dirais volontiers du mouvement ce que Saint Auguſtin diſait du tems: *ſi quæras quid ſit tempus, neſcio; ſi non quæras, ſcio.* Il ſerait aiſé de prouver l'identité de ces deux idées, & par conſéquent la difficulté des deux définitions; mais toute diſſertation logique ou métaphyſique ſerait déplacée.

tenir notre vie; il forme nos humeurs & les détruit; il arroſe nos fibres & les deſſeche; il nous nourrit & nous conſume; en un mot, tout ſubſiſte, tout eſt conſervé, tout périt par le mouvement. Ce qui fait voir d'un côté la néceſſité de ce principe actif, & de l'autre la néceſſité du repos, qui lui eſt oppoſé.

Le mécaniſme général de notre corps eſt tellement dépendant du jeu & du mécaniſme de chacune des parties qui le compoſent, que ſi l'une de ſes machines particulieres n'exerce plus ſes fonctions, le tout qui forme leur aſſemblage & leur harmonie, eſt expoſé à une deſtruction plus ou moins prompte. La liaiſon & la dépendance que l'Auteur de la nature a établies entre toutes les parties de ce compoſé merveilleux ſont ſi intimes, que le Prince de la Médecine nous a repréſenté le corps animé, & jouiſſant de ſes fonctions, comme un cercle dans lequel on ne peut reconnaître ni commencement ni fin.

En effet les inſtrumens deſtinés à la chilification tirent leurs forces des organes de la ſanguification, ceux-ci des nerfs & du fluide qu'ils contiennent; & ce fluide (ſi nous en croyons le ſyſtême le plus univerſellement adopté, & auquel il manque peu de choſe pour être démontré), ce fluide tire ſon origine du ſang; & le ſang, des alimens que nous prenons tous les jours. De la conſtance & de la régularité de fonctions auſſi différentes & auſſi multipliées, dépendent notre ſanté & notre vie.

Il ne ſuffit pas de prendre des nourritures, il faut qu'elles ſoient bien digérées, changées en ſang, & ce ſang doit être aſſez travaillé pour fournir non ſeulement la ſimple nourriture de tout le corps, mais encore un fluide très-ſubtil qu'on appelle fluide animal. Chaque liqueur doit être ſéparée dans des organes particuliers, & celles que la nature rejette comme inutiles & dangereuſes, doivent être pouſſées au dehors.

Il ne faut donc négliger aucun des moyens qui facilitent l'expulsion ou d'un superflu des bonnes humeurs, ou des matieres, qui, en refluant dans la masse, pourraient la corrompre. Les deux principaux moyens que la nature nous indique, sont le *mouvement* & le *repos*.

Il paraît bien singulier que deux actes si opposés en apparence, puissent tendre au même but pour faciliter & perfectionner toutes ces opérations. L'énigme ne sera pas difficile à deviner, si l'on réfléchit que le *mouvement* produit des pertes, & que le *repos* doit les réparer.

Mais pour être pleinement convaincu de la nécessité du mouvement, par rapport à l'accomplissement régulier de toutes les fonctions dans lesquelles consistent la vie & la santé, il ne faut qu'envisager avec attention la structure du corps humain. C'est un assemblage merveilleux de vaisseaux de différens diametres qui sont entrelacés les uns dans

les autres, ſerpentans entre les fibres muſculaires, à la preſſion ſucceſſive deſquelles ils doivent une grande partie de leur mouvement & de leur action ſur les fluides. A meſure que les muſcles entrent en jeu, ils produiſent, ſur les vaiſſeaux ſanguins des ſecouſſes réitérées qui ſe communiquent dans tout le ſyſtême artériel & veineux. Ces ſecouſſes non ſeulement procurent aux fibres la force & la ſoupleſſe qui caractériſent leur bonne conſtitution, mais elles broyent, atténuent & ſubtiliſent les liquides contenus dans les vaiſſeaux, achevent la tranſmutation du chile en ſang, en lymphe & en fluide animal.

La nature a muni les vaiſſeaux, qui rapportent le ſang & la lymphe, de nombreuſes valvules, pour que l'action des muſcles pût aider à en expulſer le fluide. Mais ſans cette action, cette invention admirable reſte ſans effet. Cette cauſe finale de l'économie du corps humain, prouve juſqu'à la démonſtration, la né-

ceſſité du mouvement, & pour la conſervation, & pour le rétabliſſement de la ſanté. Donnons-lui encore plus d'évidence & d'étendue dans un ſecond chapitre.

CHAPITRE II.

Effets plus particuliers & plus ſenſibles du Mouvement.

LE mouvement eſt l'action par laquelle le corps eſt mû, ſoit en total, ſoit en quelqu'une de ſes parties. Cette action s'opere par le jeu des muſcles qui ſont les ſeuls organes par le moyen deſquels nous avons la faculté de nous tranſporter d'un lieu dans un autre, de mouvoir nos membres ſuivant nos beſoins.

C'eſt par l'exercice que s'operent les différens mouvemens du corps. Par le mot d'*exercice* en général, on doit entendre toutes les actions qui peuvent donner à la machine un certain mouvement capable de la mettre en jeu. L'exercice eſt un travail ou un amuſement. La nature nous invite à chercher dans l'un les ſecours dont nous avons beſoin

pour notre plaiſir ; & les hommes ont imaginé l'autre pour leur utilité. Mais on ſe livre volontairement à l'exercice, quand il eſt amuſement, au lieu qu'on s'y porte avec peine, lorſqu'il nous offre l'image du travail.

Tout exercice conſidéré dans l'homme qui s'exerce, eſt un mouvement augmenté, & ce mouvement reçoit ſa principale augmentation dans la partie qui agit le plus : mais bientôt il doit s'étendre à toutes les parties, ſuivant les loix de la circulation. Ainſi par le mouvement les liqueurs arrêtées, qui s'alcaliſaient, coulent librement dans leurs canaux ; celles qui étaient trop épaiſſes, ſont atténuées ; celles qui manquaient d'activité, ont leurs ſels plus développés. Les fibres ſe diſtendent, elles acquierent de nouvelles forces pour pouſſer les fluides, pour empêcher ou diſſiper les engorgemens ; les liquides pouſſés avec plus de vigueur, parviennent aux tuyaux ſecrétoires de la peau ;

la

la tranſpiration devient plus abondante, & transformée en ſueur, elle entraîne avec elle les ſels âcres, & un grand nombre de parties hétérogenes qui gâteraient la maſſe du ſang. Les liqueurs parvenant plus de fois aux organes ſecrétoires qui ont reçu eux-mêmes une nouvelle énergie, les ſecrétions ſe font librement, & délivrent le ſang d'une infinité de parties étrangeres.

La preſſion & l'atténuation qui ſont les principes de la nutrition, augmentent & dans tout le corps, & dans la partie exercée. L'application de la matiere aſſimilée eſt plus copieuſe, plus prompte & plus ferme : telles ſont les raiſons de la force qu'acquierent les fibres dans les gens qui font une grande habitude de l'exercice.

Que l'on compare les animaux ſauvages avec les animaux domeſtiques de même eſpece, on verra ce que peuvent l'exercice & la liberté pour la

vigueur du corps; ces derniers ſont gras, parce qu'ils ſont bien nourris, bien ſoignés; mais ils ſont mous, faibles & languiſſans; & l'on voit qu'ils ont perdu leur plus bel apanage.

Sans aller chercher des exemples parmi les animaux, établiſſons un parallele entre la force de ces gens qui travaillent aux halles & ſur les ports, avec celle d'un Tailleur, d'un Fabricant d'étoffes, ou de tant d'autres métiers ſédentaires. En comparant leurs forces reſpectives, on croirait que ce ſont deux eſpeces d'hommes différentes: auſſi les Anatomiſtes ont-ils obſervé que nous n'avons point de parties plus charnues & mieux muſclées que celles que nous avons exercées; à la ſeule inſpection des membres, ils devineront le genre de profeſſion qu'on exerce.

C'eſt donc un fait conſtant que l'exercice des parties ſert beaucoup à les développer & à les faire croître, & conſéquemment à les rendre plus fortes

chez tous les ouvriers dont le travail eſt fort & continu ; c'eſt une vérité d'expérience que l'exercice & le travail ſecondant en eux l'ouvrage de la nature, donnent à leurs membres plus de groſſeur & de nerf, en raiſon du mouvement qu'ils en ont reçu.

Au contraire, lorſque les muſcles deſtitués d'action ne ſecondent point la circulation du ſang, il en réſulte que le ſang pénétrant avec peine dans les derniers replis, il n'opere qu'une nutrition imparfaite. Par défaut de nutrition les muſcles ſe deſſechent, & leur reſſort ſe ralentit ; les muſcles ſemblent s'appauvrir en punition de leur indolence, & ils n'ont plus la même ſolidité ni le même jeu.

Qui ne ſait pas que les perſonnes qui vivent dans l'inaction, les Cacochimes ſur-tout, ſont ſujettes à une infinité de maladies, que leurs fibres ſont faibles & relâchées, que leurs ſens s'émouſſent, que tout leur corps s'engourdit ? « Telle

» une eau (1) courante, dit Plempius, » ſe conſerve pure, tandis que celle » qui croupit ſe corrompt : tels nos » corps ſont conſervés en ſanté par » l'exercice, au lieu que la pareſſe & » l'inaction ſont pour eux une ſource » de corruption & de maladies (2) ».

Que faudrait-il penſer d'un homme qui imaginerait ſe procurer la ſanté en vivant dans l'inaction? La même choſe qu'on penſerait d'un autre qui ſe condam-

---

(1) *Uti aquæ deſides putreſcunt, ita & corpora noſtra corrumpi otio atque ignaviâ.* Plempius, de togat. valetud. tuend. Cap. 7.

(2) C'eſt ce qu'Ovide a bien exprimé par ces deux vers :

Cernis ut ignaviem corrumpant otia corpus?
Ut vitium capiant, ni moveantur aquæ?

De ponto Eleg. in 6 Miſſar.

La penſée d'Horace à cet égard eſt encore plus énergique & plus forte ; il prétend que l'inaction & l'oiſiveté engourdiſſent tellement les ſens, qu'elles conduiſent à un oubli total de ce qu'on avoit ſu.

Mollis inertia cur tantam diffuderit oblivionem ſenſibus.
Pocula Lethæos ut ſi ducentia ſomnos arente fauce traxerim?

Hor. in Epodo.

nerait au ſilence pour perfectionner ſa voix... Il eſt conſtant en effet que le propre du mouvement eſt de donner non ſeulement de l'action aux parties, mais encore de la régularité à leurs fonctions; que ſon effet eſt de ſuppléer aux forces, & de les rétablir chez les perſonnes qui s'exercent. En un mot, le grand reſſort de la ſanté, c'eſt le mouvement, & l'indolence la détruit.

Un autre avantage du mouvement, indépendant de tous les précédens, c'eſt qu'il fait jouir d'un air toujours nouveau: une perſonne qui ne ſe remue point, altere bientôt l'air qui l'environne, & il lui nuit. Au contraire une perſonne en action en change continuellement. Enfin le mouvement peut ſouvent tenir lieu de remedes, & tous les remedes du monde ne peuvent pas tenir lieu du mouvement.

Ajoutons que le mouvement ne peut procurer tant d'avantages au corps, que l'ame ne ſe reſſente en même tems de

ſes bons effets : auſſi la ſecrétion de la lymphe qui ſe ſépare dans le cerveau ſera-t-elle facile, & d'une bonne qualité. Les nerfs ſeront exactement tendus, & obéiront facilement à toutes les impreſſions des ſens. De là cet état parfait de l'ame pour ſentir & agir avec la plus grande force poſſible : de là cette aptitude de concevoir les choſes, cette facilité, cette gaieté, qui accompagnent quelquefois le travail le plus pénible, & qui ont le pouvoir de chaſſer tous les ennuis de l'eſprit, & de guérir les chagrins les plus cuiſans du cœur.

Socrate, l'un des plus beaux eſprits de l'antiquité, avait un ſoin extrême d'exercer ſon corps, & il regardait l'exercice qu'il aimait beaucoup, comme très-favorable à la ſanté (1).

---

(1) *Cura illi vehemens fuit corporis exercitationis, eratque præclari habitus..... Sæpiùs ſaltabat, eam exercitationem plurimum ad tuendam bonam valetudinem conducere exiſtimans, ſicut & Xenophon in ſympoſio teſtatur.* Diog. Laert. Lib. 2, in vitâ Socratis.

Jules-Céſar, au rapport de Plutarque, était d'une complexion fort délicate; il l'avait fortifiée par l'exercice, par la guerre ſur-tout, dans les fatigues de laquelle il avait trouvé un remede à ſa faibleſſe.

Et notre Henri-le-Grand, le meilleur de tous les Monarques, à quoi dut-il ce tempérament de feu, capable de ſupporter les plus grandes fatigues & les plus grands revers, ſi ce n'eſt à l'éducation ruſtique que ſon ſage aïeul lui avait fait donner?

Il eſt peu de perſonnes qui n'aient été dans le cas de s'agiter, & de faire plus d'exercice dans de certains tems que dans d'autres : que ces perſonnes obſervent l'époque de leur vie où elles auront joui d'une meilleure ſanté, ce ſera celle-là.

Autant il eſt ordinaire de voir les gens oiſifs & pareſſeux être valétudinaires & languiſſans, autant il eſt rare de voir ceux qui ſont accoutumés au tra-

vail devenir malades, à moins qu'ils ne s'y livrent trop.

La plupart des Médecins & Chirurgiens jouiſſent de la meilleure ſanté. A quoi faut-il l'attribuer? Aux remedes qu'ils font, au régime qu'ils tiennent? Ils n'ont le tems ni de faire des remedes, ni d'obſerver de régime; mais ils ſont continuellement en mouvement; ils vont & viennent ſans ceſſe, montent & deſcendent; l'action eſt l'ame de leur ſanté, dit le Docteur Andry (1): enfin l'exercice étend ſon influence juſqu'aux facultés de l'ame, dont toutes les opérations, toutes choſes d'ailleurs égales, ſont plus vigoureuſes dans un corps fort & robuſte.

Et qu'on ne nous objecte pas que les hommes qui ſont continuellement occupés à des ouvrages groſſiers, & qui exer-

(1) *Attende etiam quàm proſperâ valetudine utantur plerique Medici, euntes atque redeuntes, aſcendentes, ac ſemper itantes.* Quæſt. Med. an præcipua valetud. tutela exercitatio, Nicol. Andry, 1741.

cent par conſéquent leurs corps le plus vivement, devraient avoir beaucoup d'eſprit, tandis que l'expérience nous prouve tout le contraire. Cette objection porterait à faux, puiſque nous ne parlons pas ici de la néceſſité d'un travail excédent & continu, mais d'un exercice modéré, puiſque nous ne demandons pas une laſſitude, mais un vrai délaſſement.

En effet, ſi l'eſprit d'une part eſt trop vivement & trop continuellement occupé, les fibres du cerveau trop tendues abſorbent une grande quantité d'eſprits, & ne s'étendent qu'au détriment de la machine; ſi le corps de l'autre eſt dans une agitation trop violente & trop habituelle, ſon action continuelle abſorbe le fluide nerveux : double raiſon pour laquelle les gens de cabinet ſont d'un côté ſi froids, ſi faibles, ſi délicats, qu'ils ont la peau plus blanche, plus douce & la voix plus faible; & que les Laboureurs de l'autre, & tous ceux dont les tra-

vaux ſont violens & continus, ſont ſi groſſiers, ſi lourds, j'ai preſque dit, ſi peu penſans (1).

Tels ſont les effets du mouvement les plus généraux & les plus ordinaires. Cependant ils ſont plus ou moins ſenſibles dans tel ou tel homme, ils varient même relativement à beaucoup de circonſtances. C'eſt ce qui demande un Chapitre particulier.

---

(1) Ces réflexions phiſiologiques ſembleront peut-être déplacées ici, & quelques Lecteurs pourront les croire étrangeres à notre ſujet. Je prie qu'on ſuſpende ſon jugement : on verra dans la ſuite qu'elles étoient comme néceſſaires, & que j'ai tâché d'en faire une application méthodique par rapport au mouvement conſidéré ſous le point de vue thérapeutique, dans la cure des maladies.

CHAPITRE III.

Des Effets relatifs du Mouvement.

LA plupart des effets généraux du mouvement ſont plus ou moins ſenſibles dans l'homme ; ils y éprouvent même une infinité de variétés relativement au tems, au lieu, à la nature de l'exercice (1), à ſon degré, à ſa durée. Autant de paragraphes de ce Chapitre.

§. Ier.

Effets relatifs au tems.

Si c'eſt le matin que le corps eſt mis en mouvement, les organes de la premiere digeſtion acquierent plus de force ; la ſor-

(1) Nous nous diſpenſerons de parler ici des effets relatifs à la nature de l'exercice, leur place naturelle ſe trouvera dans le Chapitre où nous traiterons de chaque exercice en particulier.

tie des matieres excrémentitielles eſt plutôt favoriſée, & la circulation ſe fait beaucoup mieux dans les viſceres qui ne ſont plus ni gênés ni comprimés par les excrémens. Les urines ſont plus conſidérables en quantité, & la qualité en eſt auſſi changée ; la partie ſédimenteuſe en doit être plus abondante. Toutes les ſecrétions augmentent ; l'on mouche & l'on crache plus qu'à ſon ordinaire aux heures auxquelles les évacuations ont coutume d'augmenter. Ainſi, comme l'exercice du matin, après le relâchement procuré par le repos & le ſommeil, augmente la tranſpiration ; il augmente de même les autres évacuations.

Qui n'a pas remarqué que l'exercice que l'on prend de quelque nature qu'il ſoit, eſt toujours plus ſalutaire à la premiere fraîcheur du matin, à la campagne ſur-tout, & quand le tems eſt beau ? Mais il ne faut pas attendre que tout le baume de la nature ſoit diſſipé. L'air du matin porte dans celui qui le reſpire

une force & un bien-être dont il se ressent toute la journée. Voilà pourquoi les malades se trouvent moins engourdis, plus souples, plus frais, plus légers, après les promenades du matin & qu'ils sont comme sûrs d'y gagner de l'appétit (1).

Si l'estomac est plein d'alimens, lorsqu'on s'exerce, on est bien moins dispos & moins agile; le mouvement trouble alors la digestion, il précipite la distribution des humeurs, avant qu'elles soient élaborées & qu'elles aient acquis les qualités nécessaires pour la nutrition. Si c'est le soir, & peu de temps avant de se mettre au lit, même lorsque la

(1) Qu'est-ce que toutes les friandises pour un estomac malade, s'écrie Plutarque? Et qui peut ignorer qu'il n'est point de si bonne sauce que l'appétit? *Optimum condimentum fames est.*

On dit que dans une marche Alexandre renvoya ses Cuisiniers, disant qu'il en avait de meilleurs avec lui : savoir, une longue marche à faire le matin, qui lui vaudrait de l'appétit à dîner; & un dîner frugal, qui lui ferait trouver son souper excellent.

digeſtion eſt faite dans les premieres voies, alors le mouvement qu'on prend fait achever la digeſtion qui doit ſe faire dans les ſecondes, & le ſuperflu eſt plus diſpoſé à être évacué. D'où il réſulte que rendant plus libre le cours des humeurs, l'exercice les rend auſſi plus diſpoſées aux ſecrétions. Enfin les malades goûtent en ſe couchant les charmes du ſommeil; & celui-ci verſe dans leurs veines un baume ineſtimable, propre à rétablir leurs forces.

§. II.

Effets relatifs au lieu.

Si l'on s'exerce dans un endroit chaud, ou lorſque le ſoleil darde ſes rayons, la tranſpiration eſt plus prompte & plus conſidérable que dans un lieu tempéré. Si c'eſt au grand air & par un tems ſec, ce même effet eſt plus ſenſible; mais l'air agiſſant avec plus de force ſur les poumons, la circulation eſt plus accélérée dans ce viſcere, les ſecrétions ſe

ſont beaucoup mieux. Auſſi voit-on que les étouffemens des aſthmatiques & les reſſerremens convulſifs qu'éprouvent ces malades, dès qu'ils ont pris du mouvement au dehors finiſſent le matin par des évacuations bronchiques.

Si c'eſt à la campagne, celle-ci préſente ſes prés, ſes montagnes, ſes vallons, ſes foréts & ſes bois. Qu'ils ſont délicieux ces bois! En y entrant, un charme univerſel ſe répand ſur tous les ſens & confond leur uſage. On croit voir la fraîcheur avant de la ſentir; une odeur agréable, mais indéterminée, laiſſe à peine à diſcerner ſi elle affecte le goût ou l'odorat; l'air même ſans être apperçu, porte dans tout notre être, une volupté pure qui ſemble nous donner un ſens de plus, ſans pouvoir en déſigner l'organe. En un mot, la campagne offre mille délices & une multitude d'objets propres à diſſiper, à exercer & à guérir les malades qu'on y envoie.

Ce ſont ſur-tout les gens de Lettres &

les amis des Muſes (1) qui goûtent avec plus de tranſports & de charmes, avec plus d'utilité & de fruit pour le rétabliſſement de leur ſanté, tous les agrémens & tous les avantages de cet heureux ſéjour. En vain un Médecin auſtere & inquiet leur défend d'y porter leurs tablettes, ils n'y vont jamais qu'avec elles. Retournent-ils à leurs livres après s'être exercés délicieuſement? Ils les revoient avec joie ; ils ne leur paraiſſent plus ni faſtidieux, ni dégoutans ; ils travaillent avec une nouvelle ardeur, & leurs productions ne ſentent pas ce travail géné & fâcheux, qui fatigue le lecteur, parce que l'Auteur ſemble fatigué lui-même. On croirait volontiers que les eſſors des eſprits ſont d'autant plus grands, qu'ils ont pris d'autant plus de terrein pour s'élancer (2).

---

(1) *O Rus! quando ego te aſpiciam?* s'écriait Horace.

(2) *Vegeta & ſtrenua ingenia, quò plus receſſus ſumunt, eò meliores impetus edunt.* Val. Maxim. Lib. 3, Cap. 6, p. 140.

Voulez-vous une nouvelle preuve, une conviction de plus, de l'utilité de l'exercice pris à la campagne? Voyez la différence qu'on obſerve dans la ſanté des femmes de qualité, lorſqu'elles ont paſſé la belle ſaiſon à la campagne, relativement à celle dont elles jouiſſaient lorſqu'elles ont quitté la ville.

§. III.

Effets relatifs au degré.

Le mouvement modéré a la propriété de réveiller doucement la chaleur naturelle, c'eſt-à-dire, l'action des fibres & l'oſcillation des vaiſſeaux, d'entretenir la ſoupleſſe & le reſſort des muſcles, de fortifier les nerfs & les jointures. La maſſe des liqueurs acquiert par ſon ſecours plus de fluidité : il s'en fait une plus juſte diſtribution dans tous les viſceres; ſon cours rapide & bien réglé l'empêche de s'épaiſſir comme il le ferait dans un lâche repos. Enfin le mouvement mo-

déré donne de l'activité aux facultés du corps & autant de force & de vigueur que de légéreté à celles de l'ame & aux organes des sens.

C'eſt par lui que ces malades languiſſans qui ont gardé long-tems le lit pour la cure des maladies longues, commencent à jouir d'une meilleure ſanté; que leurs membres reprennent leurs forces & leur agilité; que les principes d'obſtruction ſe réſolvent; que l'eſprit lui-même, plus libre & plus diſpos, participe aux bonnes diſpoſitions du corps. Je dis plus: le mouvement modéré & bien entendu donne une vigueur à certains malades qu'ils n'auraient jamais eue ſans lui (1).

Mais plus le degré de mouvement eſt violent, plus l'atténuation des parties

(1) *Debet exercitatio, ut utilis ſit, moderata eſſe ac tempeſtiva. Moderatâ exercitatione corpora leviora fiunt. Omnes enim partes, præcipuè muſculi & vincula mota, ab excrementis purgantur, perſpirabile ad exhalationem præparatur, & ſpiritu reddunt tenuiores.* Plempius, ibid. quò ſuprà.

eſt conſidérable, & plus la perte doit être grande. En effet dans cette rapidité de mouvement, il n'eſt pas poſſible que les parties qui acquierent toutes un degré extraordinaire d'atténuation, ne ſoient plus ſouvent offertes aux vaiſſeaux excrétoires & ne ſoient chaſſées plus rapidement. D'où il ſuit que les humeurs excrémentitielles étant portées dans leurs couloirs & enſuite jettées hors de leurs conduits en quantité proportionnée au mouvement qui en a facilité la ſecrétion, il ſuit de là, dis-je, que la maſſe des humeurs doit ſe purifier & ſe décharger des ruines de tous les récrémens & de la ſéroſité ſurabondante plus que par toute autre excrétion (1).

Si le degré de mouvement eſt pouſſé à l'excès, qu'en réſulte-t-il? Il affecte

(1) *Effectus motûs vehementis & fructus ſunt, corpentem in nobis excitare calorem; eòque & ſpiritus reddere vegetos atque alacres, & ut ventilatio paleas è tritico, & ſpicas inanes flatu diſpellit: ità exercitatio quoque fugat noxios è corpore humores.* plempius, ibid.

les facultés du corps ; il entraîne à ſa ſuite les plus grands dangers. Il uſe à la longue les reſſorts des viſceres, il exténue les fibres, &c. (1).

La ſubſtance nutritive des alimens devrait, il eſt vrai, réparer cette déperdition ; mais elle eſt ſi conſidérable, que la nourriture la plus ſucculente n'y peut ſuppléer. L'eſtomac eſt d'ailleurs trop fatigué lui-même pour opérer de bonnes digeſtions ; ou s'il parvient à fournir quelques ſucs ſuffiſamment travaillés, ils ſont trop promptement entraînés au travers des vaiſſeaux ; ils n'adherent point à leurs parois ; ils s'échappent par les voies de la tranſpiration.

Et qu'on ne croye pas que ce ne ſoit que le ſuperflu des humeurs dont on a eu peut-être intention de délivrer le malade, qui s'échappe pour lors. C'eſt

(1) *Immoderata exercitatio conſumit quidquid in nobis mite placidumque eſt, & acria concitat, cèq. inducit in nobis calorem præter naturam. Sitque ad immoderata ut calidum nativum reſolvat, tùm refrigerans.* Plempius, ibid.

la ſubſtance la plus pure du ſang, c'eſt la vapeur la plus déliée des liquides; c'eſt cette lymphe précieuſe qui vivifie tous les membres, qui s'exhale & s'évapore. Cette déperdition eſt une ſuite de l'efferveſcence des liqueurs, du gonflement des vaiſſeaux, de la dilatation du tiſſu de la peau, qui ſont eux-mêmes l'effet de l'excès du mouvement. De là vient que les viſceres privés des ſucs alimentaires, tombent bientôt dans le maraſme, que le ſang trop épaiſſi ne circule que difficilement; que la maladie, bien-loin de céder au mouvement indiqué, mais pouſſée trop loin, prend un mauvais caractere; que les accidens deviennent fâcheux, & que l'on eſt obligé de recourir au repos qui précédemment était contr'indiqué. En un mot, l'exercice forcé & pouſſé au dernier degré ceſſe d'être un bien, comme le défaut d'exercice eſt un mal. *Ne quid nimis.* C'eſt le mot d'un ſage, qui reçut ce beau titre pour n'avoir dit que ce ſeul mot.

§. IV.

Effets relatifs à la durée.

Le mouvement, ſoit modéré, ſoit violent, tant qu'il eſt proportionné par ſa durée aux forces de celui qui s'exerce, & conforme aux indications curatives qu'on s'eſt propoſées, le mouvement produit toujours la plupart des bons effets dont nous avons parlé. Il ſerait d'autant plus inutile de les répéter ici, qu'ils rentrent naturellement dans l'article des précautions néceſſaires pour aſſurer le ſuccès des exercices; article eſſentiel que nous tâcherons de traiter avec tout le ſoin & toute l'étendue qu'il mérite.

Qu'il nous ſuffiſe d'obſerver en paſſant, qu'il eſt des maladies qui demandent que l'uſage du mouvement ſoit long-tems continué, & que dans ces maladies ce ſont les circonſtances ſeules qui doivent déterminer la durée de l'exer-

cice indiqué; l'excès du mouvement, nous l'avons dit, & la fatigue qui en réſulte, lui ôtent tout ſon prix; en voulant fortifier le corps, qu'on prenne donc garde de l'affaiblir.

Enfin c'eſt une vérité d'expérience que les meilleurs remedes font plus de mal que de bien, s'ils ne ſont adminiſtrés avec prudence, & dans l'ordre convenable. Qu'on ſe ſouvienne encore qu'il en eſt ainſi du mouvement, & que ſon uſage fait plus de bien ou plus de mal, ſuivant le plus ou le moins de ſageſſe, avec laquelle on l'a employé. *Omnia in pondere & menſurâ.*

Tels ſont les effets du mouvement par rapport aux différentes circonſtances où il eſt opéré; effets, comme on l'a vu, toujours différens & toujours variés comme elles. Mais il eſt une circonſtance plus importante & plus étendue que toutes les précédentes, celle qui eſt relative à la nature de l'exercice.

C'eſt ici un nouveau champ qui s'of-

fre à nos ſpéculations. Faiſons donc connaître les différens exercices du corps; montrons comme ils agiſſent ſur lui & ſur ces différentes parties ; & tâchons d'enviſager ſur-tout ces nouveaux effets comme autant de moyens applicables à la cure des maladies.

CHAPITRE

CHAPITRE IV.

Des différens Exercices du corps.

Les exercices inventés pour le plaiſir & le délaſſement des hommes, & adoptés enſuite par la Médecine, ſont de pluſieurs genres, & chacun de nos membres a une eſpece d'exercice qui lui eſt propre. L'exercice de la promenade & celui de la courſe le ſont à nos jambes & à nos cuiſſes; celui de l'arc, à nos bras; celui de monter & deſcendre le long d'une rampe, au dos & aux reins; celui de la paume, à tout le corps, &c. &c. &c.

Lorſqu'on réfléchit ſur les mouvemens divers que les différens exercices occaſionnent au corps, il eſt aiſé de voir pourquoi certains exercices conviennent plutôt à la cure de telle maladie qu'à telle autre. Ainſi pour en faire

une juſte application thérapeutique, il faut en connaître les effets relatifs, & dès-lors il ſera plus facile d'en diriger les indications avec juſteſſe.

Avant de détailler ces différens exercices, il convient d'en diſtinguer la nature. Les uns ſont actifs, les autres paſſifs, & les derniers ſont mixtes. Dans les premiers, le mouvement eſt entiérement produit par les perſonnes qui s'exercent. Dans les ſeconds, il eſt opéré par des cauſes qui agiſſent ſur les perſonnes exercées. Dans les troiſiemes, le mouvement eſt tour-à-tour reçu & donné par les perſonnes qui s'exercent, & par les agens qui concourent à leur exercice. Plaçons-les chacun dans leur claſſe.

§. I.

Exercice du premier genre.

Les exercices du premier genre ſont le jeu de billard, de la boule, des quilles, du palet, du volant, de la

paume ; le ballon, le mail, la chaſſe, l'action de nager, de faire des armes ; la danſe, l'action de ſauter, la promenade, la courſe, le frotage ; les exercices qui ne mettent en action que les extrêmités ſupérieures ; enfin les différens exercices de la voix.

Dans la plupart de ces exercices, ſur-tout les plus actifs, toutes les parties du corps qui ſont ſuſceptibles de mouvement, ſubiſſent ſon impreſſion. L'on marche, on va, on vient, on ſe retourne en mille manieres, on s'étend, ou l'on ſe rétrécit au beſoin ; on donne plus ou moins de force & de jeu à ſes mouvemens & à ſes coups, les bras, la tête, le tronc, les pieds, les yeux, la langue même ; on parle avec plus ou moins de véhémence, on crie quelquefois ; tout eſt en action dans ces exercices. Parcourons-les chacun en particulier.

Le Billard.

Ce jeu exige divers mouvemens modérés, qui mettent tout le corps en action. Le joueur tantôt s'arrête, tantôt marche & tourne autour du billard, ce qui fait mouvoir les extrêmités inférieures ; mais en pouſſant la bille, ces mouvemens étendent les bras, & mettent en action les muſcles des extrêmités ſupérieures & du reſte du corps, par les différentes attitudes qu'il faut prendre.

Ce jeu récréatif & amuſant peut avoir ſon utilité, lorſqu'on a l'indication de faire mouvoir le corps modérément, ſoit pour entretenir la circulation, ſoit pour faciliter l'effet d'un médicament pris à l'intérieur, tel que les eaux minérales, les boiſſons apéritives, &c.

Si l'on n'a en vue que de faire mouvoir les bras, ce jeu a ſon utilité encore, ſoit pour donner plus de jeu aux articulations dont les mouvemens ſeraient un peu gênés, ſoit pour favoriſer les

effets de la douche que l'on appliquerait sur ces parties. Ne serait-ce point dans ces différentes intentions que l'on a placé des jeux de billard dans les environs des fontaines d'eaux minérales? On est heureux sans doute, lorsqu'on peut offrir aux malades des secours salutaires, déguisés sous l'image du plaisir. C'était la magie qu'employait Hypocrate, & ce fut par elle qu'il se rendit si fameux.

Le Palet, la Boule, les Quilles.

Ces trois jeux exigent de la part du corps à-peu-près les mêmes mouvemens, mais ce sont les bras que l'on tourne en divers sens, & par le moyen desquels on lance le palet ou la boule qui reçoivent le plus d'effort, ce qui met les muscles de cette partie dans la plus forte action. Aussi ce moyen a-t-il trouvé quelquefois son application, lorsqu'il fallait secouer vigoureusement le bras, pour exciter une forte exten-

ſion de la part de ſes muſcles engourdis, retirés ou roidis à la ſuite des plaies, ou autres maladies qui avaient exigé un long repos pour leur guériſon.

Que l'on joue aux boules ſeules, ou que l'on joigne la boule aux quilles, il ne faut pas moins que le corps ſe baiſſe pour ramaſſer ces divers inſtrumens du jeu; & pour les lancer juſqu'au but fixé, il faut qu'il s'incline, ſoit pour reprendre les boules qu'on lui renvoie, ſoit pour abattre & relever les quilles. C'eſt une ſucceſſion continuelle de mouvemens auſſi agréables que variés, & tous également capables de mettre le corps & ſes extrêmités dans une grande action. Ces deux eſpeces de jeux peuvent trouver leur utilité dans les maladies où il ſerait néceſſaire de faire mouvoir l'épine du dos, les bras, &c.

Le Mail, la Paume, le Volant.

Les jeux du mail, de la paume & du volant ſont aſſez connus pour conce-

voir la variété des inflexions & des mouvemens, & la multiplicité des efforts violens que ces jeux imposent aux joueurs. On y exerce à la fois toutes les parties du corps, la tête, les yeux, le cou, le dos, les reins, les bras, les jambes (1), sans compter que l'action des poumons doit être sans cesse augmentée par les appels & les cris des joueurs. Plus de tels jeux sont fatigans pour le corps, plus ils doivent mettre l'esprit en action par la suspension continuelle qu'ils lui causent; & c'est précisément cette fatigue qui en fait le plaisir.

Leur propriété est de rendre le corps plus vigoureux, de fortifier ses extrémités, en le contraignant de courir avec légéreté, de donner des secousses aux viscères du bas-ventre, d'exciter & de favoriser les mouvemens du cou & de la tête, de procurer à toute l'habitude

(1) C'est à ces jeux sur-tout qu'il faut, comme dit le Proverbe, *bon pied, bon œil.*

du corps une grande mobilité. Ces jeux, par l'agitation violente qu'ils donnent à toute la machine, tendent à provoquer la ſueur, & à débarraſſer les glandes cutanées de cette lymphe âcre, épaiſſe, qui empêche la tranſpiration (1).

Galien recommande le jeu de la paume, tant pour entretenir la ſanté &

---

(1) On lit dans *les Mille & une Nuits*, la guériſon d'un Prince Grec, qui n'avait jamais pu ſe délivrer de ſa lepre, quelques remedes qu'il eût faits, & qui en guérit par le jeu du mail. « Son Médecin prit un » mail, qu'il creuſa en dedans par le manche, où » il mit de la drogue dont il prétendait ſe ſervir; il » accommoda une boule de même, & le lendemain il » dit au Roi: Tenez, Sire, exercez-vous avec ce mail, » & pouſſez vigoureuſement cette boule, juſqu'à ce » que vous ſentiez votre main & votre corps en ſueur. » Cela fait, le remede opéra ſi bien, que le Roi fut » guéri de la lepre ». T. I, p. 137.

Nous n'indiquerons pas l'eſpece de drogue que le Médecin du Prince Grec mit ou dut mettre dans la boule & le mail qu'il avait préparés pour lui. Si nous avions ce jeu à conſeiller à quelqu'un, nous attendrions de lui ſeul la tranſpiration & les autres effets que nous aurions à deſirer pour notre malade. Il ne s'enſuit pas pour cela, que cette eſpece d'allégorie ne ſoit très bien imaginée, tout au contraire.

la ſoupleſſe des membres, que pour délaſſer l'eſprit & lui procurer plus de force (1).

Le Ballon.

Ce jeu préſente à-peu-près les mêmes effets que le précédent, en ce qu'il contraint également de courir avec légéreté, ce qui rend le corps extrêmement ſouple & droit. Les extrêmités ſupérieures ſont ſinguliérement exercées pour lancer & repouſſer le ballon, il étend même ſon action juſques ſur les viſceres. On en pourrait tirer parti, dans les cas où il s'agit d'expulſer les graviers des reins, ſi toutefois il n'y a point contr'indication du mouvement.

C'eſt ſans doute pour cela, dit Mer-

(1) *Exercitium igitur id potiſſimum commendaverit, quod bonam corporis valetudinem ac partium concinnitatem, unique animi virtutem præſtare poſſit; quale illud eſt quod in parvâ pilâ conſiſtit. Animum etenim undique juvare poteſt, omneſque corporis partes pari modo maximè exercet.* Galen. de parvæ pilæ exercitio.

curial, qu'Auguſte, qui était fort ſujet à cette incommodité, avait coutume de s'exercer à ce jeu; & c'eſt auſſi par la raiſon qu'il exerce vivement le corps, & qu'il met ſur-tout en mouvement les parties ſupérieures, que Celſe le recommande (1) à ceux qui ont le flux de ventre, ou un tremblement par tout le corps.

La faibleſſe, la maigreur, l'atrophie des bras, trouveraient peut-être dans l'exercice du ballon un ſecours propre à leur rendre la vigueur & la force. C'eſt au Chirurgien à proportionner la groſſeur & la peſanteur du ballon aux forces du malade.

La Chaſſe.

Qui ne connaît les fatigues & les charmes de cet exercice, ſa vive agita-

---

(1) *Quem verò frequenter cita alvus exercet, huic opus eſt pilâ ſimilibuſque ſuperiores partes exercere.* Lib. 1, cap. 2, ſect. 5.

tion, & ſes effets? Le Chaſſeur, armé d'un fuſil, (dont le maniement & le poids mettent en action le bras qui le ſoutient, la main qui le dirige), va, vient, court, ſaute, monte & deſcend, tantôt marche droit & la tête levée; tantôt ſe fléchit & ſe courbe, ſiffle, parle & crie pour appeller les chiens.

On voit déjà que cet exercice peut remplir différentes indications curatives, qui exigent des ſecouſſes générales dans toute la machine; qu'il eſt propre à provoquer la ſueur; qu'il aurait ſon utilité pour favoriſer les mouvemens de l'épine, ceux des articulations des extrémités inférieures & ſupérieures; & qu'enfin, pris avec modération, il peut contribuer infiniment à la ſanté. Ce n'eſt pas tout.

La ſaiſon de l'année, l'heure du jour deſtinée à cet amuſement, le mouvement néceſſaire dans cette occaſion, l'air pur & ſans ceſſe renouvellé que le Chaſſeur reſpire; la variété des objets

qui ſe préſentent ſans ceſſe à ſes regards, & qui changent continuellement la ſcene pour lui; les différens événemens de la chaſſe; toutes ces circonſtances, en occupant agréablement ſon eſprit, doivent aider admirablement à la circulation des fluides dans les plus petits canaux, & opérer ſur la conſtitution mille autres effets favorables, aux phlegmatiques, aux convaleſcens, aux poitrinaires, aux perſonnes vaporeuſes, ou accablées par le chagrin; à combien d'autres encore!

La Natation.

Cet exercice dont la Médecine fait rarement uſage, peut produire quelques bons effets, lorſqu'il s'agit de corriger la faibleſſe, & de donner plus de ſouplеſſe aux muſcles : voici en peu de mots ſon méchaniſme & ſes effets.

Pendant l'action de nager, l'homme ſe ſoutient & avance ſur l'eau, par les mouvemens des bras & des jambes qui

ſe fléchiſſent & s'étendent alternativement avec la plus forte contraction. Si l'eau de la riviere où il nage, n'eſt pas trop froide, la peau, les muſcles, les ligamens ſe relâchent, s'aſſoupliſſent & s'alongent par les mouvemens des membres; & par ſucceſſion de tems, ceux-ci ſe fortifient.

Mais avant que d'entrer dans l'eau, il faut ſe faire frotter les membres malades, & même le corps, avec une flanelle : par ce moyen, on débouche les pores, on augmente la chaleur dans toutes les parties de la peau, qui dès-lors attirera l'eau avec beaucoup plus de force. Il ne faut pas ſe jetter tout d'un coup à l'eau, ſur-tout lorſqu'elle eſt bien froide, car elle pourrait donner un ſaiſiſſement, capable d'ôter la faculté de ſe mouvoir.

Enfin, lorſqu'on nage, les mouvemens doivent être forts & bien développés, pour favoriſer le mouvement progreſſif, & ſans précipitation, pour ménager les forces.

L'Eſcrime.

L'eſcrime, ou l'action de faire des armes, eſt de tous les exercices gymnaſtiques non ſeulement le plus actif, mais encore celui qui cauſe le plus de ſecouſſes à toute la machine, & qui met le plus en action les muſcles des extrêmités.

En effet, les muſcles des cuiſſes, des jambes & des bras ſont preſque toujours en contraction; les mouvemens de pronation & de ſupination ſont très-fréquens dans le bras qui eſt armé, & les ligamens des articulations mobiles ſont obligés de s'étendre, & de ſe prêter aux efforts & aux mouvemens violens de tout le corps.

En enviſageant cet exercice, ſeulement de ce côté, on voit bien qu'il pourrait fournir à la Médecine & à la Chirurgie un moyen ſalutaire pour fortifier les extrêmités, pour rendre plus libres les mouvemens de leurs

articulations, & pour favoriſer davantage la circulation dans les viſceres, &c.

Il y a plus, l'eſcrime, en donnant les poſitions néceſſaires au corps pour le mettre en garde, lui donne en même tems cette attitude naturelle, ferme & majeſtueuſe, qui convient au Roi des animaux. Voyez ces Maîtres d'armes: comme ils ſont forts, vigoureux, bien découplés, agiles & nerveux! ils reſſemblent, pour ainſi dire, à Hercule. C'eſt dans les Régimens où l'on fait plus communément cette remarque. Un Soldat nouvellement enrôlé n'a preſque jamais cette tournure, cette attitude ſi deſirée par les Colonels; on l'envoie à la ſalle d'armes: il y prend du goût, & bientôt on s'apperçoit que cet athlete eſt plus ferme ſur ſes jambes, que ſa démarche eſt plus élégante & plus martiale, & que ſon attitude, quelquefois ſi groteſque auparavant, eſt devenue mâle, ferme & décidée. N'eſt-ce pas autant

à l'exercice de l'eſcrime qu'il doit ces avantages, qu'à l'exercice militaire, ou au maniement des armes, qui contraint le corps long-tems en repos?

Auſſi l'eſcrime contribue-t-il plus puiſſamment que tout autre exercice à l'augmentation des forces, à l'agilité du corps, à la correction des mauvaiſes attitudes & de certaines difformités du corps. Enfin, comme cet exercice anime la circulation, & qu'il favoriſe la tranſpiration, nous penſons que la Médecine pourrait utilement l'employer dans bien des cas, & particuliérement à la guériſon de la lymphe trop épaiſſie.

La Danſe.

Un autre exercice moins violent, c'eſt la danſe, expreſſion naturelle de la gaieté & de la joie (1). Ce qui diſ-

(1) Le propre de la danſe étant d'inſpirer de la gaieté, elle en exprime toutes les nuances & tous les caracteres ſur la perſonne danſante, & lui donne

tingue la danſe de quelques autres exercices, c'eſt que, ſans ſortir du naturel, & ſans s'abandonner à cette véhémence d'action qui caractériſe la plupart des eſpeces de mouvemens gymnaſtiques, elle fait diſtribuer une agitation médiocre à toutes les parties du corps qu'elle remue en cadence & avec meſure, en ſorte qu'il n'y a pas un muſcle qui n'agiſſe, & qui n'entre pour ſa part, dans le jeu néceſſaire à former les figures, les geſtes & les attitudes du danſeur. Auſſi rien n'eſt-il plus propre à rendre la taille libre & dégagée, à former un corps bien proportionné, à lui donner de la vigueur, & à toute la perſonne un air aiſé, noble; en un mot, un maintien naturel & des graces.

Ce maintien naturel qui eſt réglé par des principes tirés du jeu des parties,

---

preſque toujours une contenance qui plaît. C'eſt de tous les exercices celui qui réunit le plus d'avantages pour les femmes; elle eſt pour elles ce qu'eſt l'équitation pour les hommes.

contribue puiſſamment à la plus parfaite configuration des organes ; & le marcher, réglé pareillement par des principes tirés du jeu de tous les muſcles, donne le tranſport le plus ferme & le plus ſûr ; & rie n'eſt plus propre que le menuet, qui s'exécute à pas lents, pour donner l'attitude la plus réguliere, la plus ferme & la plus agréable.

Ainſi l'exercice de la danſe ſerait bien indiqué pour augmenter la force des extrêmités ſupérieures, comme lorſqu'il eſt queſtion de faire baiſſer les épaules, de les retirer en arriere, pour donner plus de jeu & d'étendue à la poitrine. L'*Orthopédie* trouverait ſouvent l'occaſion de faire uſage de cet exercice, avec une eſpérance de ſuccès, ſi ce n'eſt pour corriger des difformités anciennes, au moins pour les diminuer ou les prévenir.

Les contredanſes, ces autres ſcenes plus animées que le menuet, mettent le corps dans la plus grande action de

ſes parties; c'eſt ce qui pourrait faire regarder la danſe en général comme un des moyens les plus utiles pour faciliter la circulation des humeurs, & provoquer la tranſpiration.

L'action de ſauter.

L'action de ſauter doit ſuivre naturellement la danſe, puiſqu'elle en fait ſouvent partie, & qu'elle produit quelques-uns de ſes effets. Le ſaut fait faire au corps des angles qui s'ouvrent & s'étendent alternativement; tous les muſcles extenſeurs du tronc & des extrêmités inférieures entrent alors en contraction pour porter le ſujet à une certaine élévation: ces flexions & ces extenſions réitérées contribuent à dégager les extrêmités, l'épine, la tête, en un mot, toute la taille. Cet exercice trouverait bien des applications dans la pratique.

Il y a une autre eſpece de ſaut dont les enfans s'amuſent, & qu'ils appellent

ſauter à cloche-pied. (*Altero pede ſuſpenſo incedere*) (1). La moitié du corps, du côté du pied ſur lequel on ſaute, éprouve une émotion conſidérable, tandis que l'autre n'en reçoit preſque pas.

Ce jeu nous paraît être d'un grand ſecours, pour s'oppoſer à cette inégalité de force que produit ſouvent l'aveugle haſard dans l'enfance, ou qui peut provenir du rachitis, ou de telle autre maladie. Les ſauts que l'on fait ſur les deux pieds doivent pareillement opérer une égale diſtribution de forces entre tous les muſcles que la nature s'eſt plu à arranger avec tant de ſymmétrie ſur les deux côtés de la machine.

La Promenade.

La promenade à pied eſt un exercice plus doux; non ſeulement elle favoriſe les fonctions des extrêmités inférieures,

(1) *Saltatio eſt egregia exercitatio : & Socrates eam conſueſcere traditur, cum pueris ludere & ſaltare non erubeſcat.* Plempius, ubi ſuprà.

mais elle agit encore sur tout le corps, & particuliérement sur les viscères.

La promenade prépare le corps aux évacuations ; en facilitant l'expectoration, elle rend la respiration plus libre, elle fortifie les organes de la digestion, en y excitant de petites secousses réitérées ; elle anime la circulation, & redouble, par-là, la somme des forces ; elle excite la transpiration, & contribue au délassement nécessaire après les grands exercices ; elle détruit enfin les mauvais effets qui pourraient résulter de la trop grande plénitude.

La promenade a bien d'autres avantages, si c'est à la campagne qu'on la prend, sur-tout le matin : chaque pas que l'on fait, transporte dans un air différent, qui répand dans le corps une nouvelle vie : les poumons rafraîchis par cet air varié, broyent le sang & assimilent les humeurs avec plus de facilité, les sécrétions sont plus promptes ; on mouche, on urine davantage, au point de

faire détacher le ſable des reins ; le corps ſe rafraîchit, la tête ſe dégage, la vue & l'ouie deviennent plus pures. La promenade rappelle la ſérénité, la fraîcheur & la force, ranime l'action des nerfs, par la tenſion des fibres nerveuſes, à la vue des objets différens qui ſe préſentent; elle recrée l'eſprit par des ſcenes toujours nouvelles qu'elle lui offre; & l'odeur des fleurs champêtres ſe mélant aux charmes des autres ſens, l'ame partage le délice des yeux, les plaiſirs de tous les ſens; d'où il réſulte la plus douce harmonie que l'homme puiſſe éprouver, celle qui met tous ſes organes à l'uniſſon. Cicéron avoit coutume d'employer quelques momens à la promenade: & dans le moment même de cet exercice, il dictait ſes penſées à ſes ſecretaires qui marchaient près de lui (1).

---

(1) *Ita quidquid conficio aut cogito in ambulationis ferè tempus confero..... Nam cùm vacui nihil temporis,*

Si l'on ſe promene au ſoleil & ſur un terrein inégal, alors la tranſpiration doit être plus abondante; & par cette variété de mouvemens, les ſecouſſes imprimées aux viſceres étant plus fortes que ſur un terrein uni, il doit s'en ſuivre différens effets qui ſont ſalutaires dans bien des cas de pratique (1).

Enfin la promenade eſt d'autant plus ſalutaire, qu'elle eſt propre à tout âge, à tout ſexe, & à toute ſorte de tempéramens.

Monter & deſcendre.

L'action de monter & de deſcendre des eſcaliers, met ſinguliérement en mouvement l'épine du dos & les articulations

---

haberem & cùm recreandæ voculæ causâ mihi neceſſe eſſet ambulare hæc dictitavi ambulans. Cicer. ad. Att. 2. 23.

(1) *Ambulantes per loca plena & æqualia ſemper iiſdem membris laborent: ambulantes verò per inæqualia toti corpori laborem magis diſtribuant, & idcircò minùs defatigentur.* Plempius, ubi ſuprà.

des extrêmités inférieures, qui tour-à-tour se fléchissent & s'étendent. Cet exercice pourrait être employé utilement, lorsque les muscles de ces différentes parties sont engourdis, & lorsqu'on veut leur donner plus de souplesse & de force. Et comme par cet exercice les viscères de l'abdomen se trouvent quelquefois secoués & balottés, sur-tout si l'on descend plusieurs degrés à la fois, cet effet peut trouver son utilité dans la pratique.

Nous remarquerons, en passant, que l'action de monter est très-pénible pour les asthmatiques; & sans chercher à en développer les causes, nous nous contenterons d'observer avec Borelli, que le diaphragme fait des efforts particuliers, lorsqu'on monte ou qu'on descend les escaliers, de même que dans tous les cas où il s'agit d'employer une force extraordinaire; raison suffisante, & même décisive, pour interdire tous les exercices de cette espece aux poitrinaires.

L'Action

L'action de voyager à pied, courir.

L'action de voyager à pied, donne les mêmes effets que la promenade, relativement aux parties exercées; mais elle en a d'autres, tels que la dissipation, le changement d'athmosphere, &c. dont nous aurons occasion de parler, en exposant les effets des voyages de long cours, soit en voiture, soit à cheval. Au reste on sait que les voyages à pied sont tous propres à ranimer le cours du sang, à atténuer la lymphe, à donner du ton aux vaisseaux capillaires, à augmenter l'excrétion qui se fait par les pores de la peau. En un mot, la gaieté, le bon air, l'air libre, l'exercice, sont l'ame de la santé, & les voyages produisent tous ces effets.

L'action de courir ne differe de la promenade, qu'en ce que les mouvemens du corps sont plus dégagés, plus rapides: ses effets sont à-peu-près les

mêmes ſur la circulation qu'elle anime davantage, & la tranſpiration qu'elle rend plus prompte & plus ſenſible.

Le Frotage.

L'action de frotter eſt aſſez connue, ſans qu'il ſoit beſoin d'en donner une longue deſcription. Pendant cet exercice, une jambe tendue va d'un côté & de l'autre, tandis que la jambe oppoſée s'éloigne par degrés de celle qui frotte ; le frotage excite des ſoubreſauts à toute la machine, & ſes effets ſur la circulation & ſur l'organe de la tranſpiration, ſont à-peu-près les mêmes que dans tout autre exercice violent.

Cet exercice pourrait être indiqué dans les cas où il ſerait néceſſaire de procurer des mouvemens un peu violens aux extrêmités inférieures, ſurtout à l'articulation du fémur avec l'os innominé, & lorſqu'il eſt queſtion de ranimer la circulation de ces parties & de les fortifier.

Mais comme dans cet exercice le corps eſt courbé en devant, le bas-ventre affaiſſé ſur les os pubis, & que tout ce qu'il contient peſe ſur la veſſie & ſur les autres parties qui répondent aux anneaux, aux cordons ſpermatiques, on ne pourrait, ſans danger, le preſcrire à ceux qui ont des hernies, ou qui en ſont menacés, d'autant plus que les Frotteurs eux-mêmes doivent avoir la précaution de porter une ceinture pour les prévenir.

Exercices qui ne mettent en action que les extrémités ſupérieures.

Ces exercices peuvent ſe partager entre ceux qui exercent particuliérement les bras, & ceux qui ne font agir que les mains & les doigts.

1°. Les premiers renferment l'action de coudre, de faire des nœuds avec la navette, de jouer du violon, de balayer, de tourner une manivelle,

de frapper du marteau, de piler, de limer, de scier, de raboter, de ramer, de se servir de la hache, de bêcher la terre, de sonner les cloches, de lever des fardeaux, de tirer de l'eau d'un puits, de se suspendre avec les mains au moyen d'une corde, de grimper sur les arbres; enfin mille autres jeux, occupations ou métiers, qui peuvent avoir rapport avec les précédens.

La plupart de ces exercices produisent à-peu-près les mêmes effets sur les muscles des extrêmités supérieures, qui sont alors sans cesse en action. On conçoit assez, d'après leur usage, comment les uns font agir plutôt certains muscles que d'autres, c'est l'anatomie qui donne ces connoissances absolument nécessaires pour faire choix de ces différens exercices dans la cure de certaines maladies où le mouvement est indiqué.

Par exemple, faut-il rétablir les mouvemens de l'humérus avec l'omoplate, ou ceux du coude & des poignets?

La manivelle, la hache, l'action de ramer, le violon, le timpanon, le jeu de la toupie, &c. ces exercices bien dirigés d'après les ſymptômes indicatifs, ſont autant de ſecours que la Gymnaſtique brachiale offre aux Chirurgiens.

Les bras ſont-ils raccourcis ? Ne manque-t-il que du mouvement pour faire alonger les muſcles trop roidis qui fléchiſſent l'avant-bras ſur le bras ? L'action de tirer de l'eau d'un puits fera jouer un grand rôle aux muſcles biceps, brachiaux internes, &c. Eſt-il queſtion de donner plus de jeu aux mouvemens de pronation & de ſupination ? L'action de faire des trous avec une vrille, l'exercice ſemblable à celui de battre le tambour, &c. mettront ſouvent en action les muſcles ronds-pronateurs, les radiaux internes, &c.

Enfin s'il était néceſſaire de développer la capacité de la poitrine, & de fortifier les viſceres qui y ſont contenus, dans le nombre des exerçices dont nous

venons de parler, il en eſt qui mettent en action les muſcles pectoraux & par conſéquent les cartilages des vraies côtes qu'ils tirent à chaque élévation & extenſion des bras. Alors les viſceres de la poitrine, en recevant une portion des ſecouſſes & des mouvemens de la part des bras, la circulation y eſt néceſſairement augmentée; de-là tous les effets qu'on pourrait deſirer à cet égard.

De la continuation journaliere de ces exercices, on obtiendra encore que les ligamens des articulations des bras s'alongeront inſenſiblement, que les muſcles de cette partie deviendront plus forts & plus nerveux; que les organes de la poitrine acquerront plus de forces, & que le thorax ſe développera davantage.

On pourrait ajouter que l'uſage de quelques-uns de ces exercices ſerait propre à corriger les difformités naiſſantes de l'épine du dos, qu'ils mettent auſſi en action.

2°. Les exercices qui mettent en action les mains & les doigts que les Anciens appellaient *Chironomie*, renferment l'action d'écrire, de coudre, de faire du filet, de jouer de certains instrumens à corde, comme du ciſtre, de la guitare, de la harpe, du claveſſin; ainſi que les métiers qui exigent les mouvemens fréquens des doigts, & les jeux d'enfans appellés jeux de billes, de bilboquet, des oſſelets, &c. Tous ces différens exercices font mouvoir les doigts & les mains en tout ſens, & avec beaucoup d'agilité; & toutes les perſonnes qui ont appris dans leur jeuneſſe à jouer de quelques inſtrumens, en ſont la preuve.

Cependant à l'ignorance de ces ſortes d'exercices, on en peut oppoſer d'autres, que les circonſtances & le génie du Chirurgien lui feront aiſément imaginer, pour en faire l'application à la cure de ces parties, ſuivant l'exigence des cas.

Si, par exemple, après la guériſon des plaies, des fiſtules, du panaris, des foulures, &c. il reſte une difficulté de mouvoir les articulations, ou ſi cette obſcurité de mouvement dépend de la rigidité & de l'engourdiſſement des muſcles extenſeurs & fléchiſſeurs, c'eſt au Chirurgien à choiſir lequel de ces exercices convient le mieux à l'indication exigée; & s'il n'en trouve aucun dans le nombre, c'eſt à lui à en ſuppléer un de ſon idée; mais ce n'eſt jamais que d'après la connaiſſance approfondie des ſymptômes & des accidens qu'il peut faire ſon choix, ou imaginer ſon moyen.

Paſſons aux exercices de la voix.

Des exercices de la voix.

Sous ce nom générique nous comprendrons l'action de parler, de lire à haute voix, de crier, de chanter & de jouer de différens inſtrumens à vent; parce que la poitrine eſt la cauſe efficiente de tous ces différens exercices, & qu'ils

ont les plus grandes influences sur elle. Ils en ont encore sur le diaphragme, le larynx, le gosier, la luette, le palais, la langue, &c. en ce qu'ils concourent tous à la formation de la voix.

Les effets généraux de l'exercice de la voix, soit que l'on parle, qu'on crie ou que l'on chante, sont à-peu-près les mêmes à proportion du degré & de la durée de ces différens exercices. Dans l'un & dans l'autre, on fait des inspirations fréquentes, qui, en dilatant les poumons, servent à broyer & à diviser le sang & à favoriser la circulation. Il en est de l'exercice de la voix comme de celui des autres parties du corps; les organes de la voix & de la respiration étant mis en jeu, le sang & le fluide nerveux y viennent en plus grande abondance, la nourriture & la force des parties augmentent (1). Examinons leurs effets en particulier.

(1 *Vox cùm sit animæ motus, non in superficie, sed intimis in visceribus tanquam fonte invalescens, calorem*

1°. L'action de parler excite la secrétion des humeurs qui se versent dans la bouche & le gosier, celle des sucs digestifs, c'est-à-dire, de la liqueur gastrique dans l'estomac, ce qui contribue à favoriser la digestion. Pour s'en convaincre, il suffit de réfléchir sur le méchanisme des parties qui concourent à la formation de la voix, sur leur connexion ou plutôt sur leur sympathie avec les organes de la digestion. Voilà pourquoi Hypocrate, dans son *Traité sur la Diete*, a dit : *vocis exercitatio à cœna valdè commoda est*; que Celse conseille cet exercice à ceux qui ont l'estomac faible. *Si quis stomacho laborat, loqui debet*; qu'Aetius est du même avis : *vox egregiè convenit stomacho laborantibus & acidum eructantibus* (1).

---

auget; sanguinem attenuat, expurgat venas, aperit arterias, coire & concrescere humorem supervacaneum non patitur; aut tanquam fœcem subsidere iis in vasis, quæ alimentum excipiunt aut conficiunt. Plempius, ubi suprà.

(1) Il y a des gens qui ont recommandé à la plupart des malades la promenade après souper pour, hâter la

La circulation du ſang qui eſt accélérée par tout le corps, pendant cet exercice, donne par conſéquent plus d'énergie à l'eſtomac, augmente la chaleur & la tranſpiration : or que le ſang circule plus vîte dans ceux qui

---

digeſtion ; d'autres prétendent qu'elle trouble la digeſtion, & que le repos lui eſt préférable. Ne pourrait-on point entrer dans les vues des uns & des autres, & pour tenir un juſte milieu, éviter l'exercice corporel d'abord après le repas ; mais y ſuppléer par l'exercice aimable d'une converſation amuſante, qui fixe l'attention ſans fatiguer, & qui occupe l'eſprit ſans cauſer la moindre peine ? Tels ſont ces entretiens que quelqu'un a appellé *le Deſſert des repas* entre gens d'étude. L'hiſtoire, la poéſie & la philoſophie, la politique même, ouvrent une ſource intariſſable aux entretiens les plus piquans & les plus agréables. Cette réflexion n'eſt pas de moi, c'eſt Plempius qui me l'a fournie.

Motum quidam ſuadent ſtatim à ſumpto cibo & ambulationem : alii quiete adjutari coctionem motu perturbari : ideòque aliis, ut à cibo ſtatim deambulent, aliis, ut quieſcant perſuaſum eſt. Utriuſque conſilii ſcopum videtur non ineptè attingere, qui ſedatum à cœna quietumque corpus ſervans, animum non illicò ſeriis det, ſed dicendo & audiendo ea, quæ blanda ſunt & neque mordent, neque affligunt, ſpiritus recreet. Plempius, ibid. quò ſuprà.

parlent à haute voix, c'eſt ce qu'on ne peut révoquer en doute, ſi l'on fait attention qu'en plein hiver les Prédicateurs s'échauffent, ſe mettent en ſueur & ſont, pour ainſi dire, tout en nage après avoir parlé une heure, pendant que l'auditoire eſt tranſi de froid. C'eſt ce qu'éprouvent encore les Profeſſeurs, les Avocats qui diſſertent long-tems ſur des matieres plus ou moins intéreſſantes & ſuſceptibles d'opinions contradictoires ſoutenues de part & d'autre avec opiniâtreté.

Une autre preuve de la vertu de la voix & de la parole pour exercer le corps, c'eſt qu'il eſt plus que probable que les femmes ont beaucoup moins beſoin des autres exercices, parce qu'elles uſent beaucoup de celui-là; la nature les ayant rendues plus ſuſceptibles de ſenſations agréables, leur ayant donné un plus grand fond de gaieté, elles doivent par cette raiſon cauſer davantage, & ce grand babil devient chez

elles une ſorte d'exercice proportionné à leurs beſoins. D'où l'on peut conclure que les exercices de la voix peuvent quelquefois ſuppléer à ceux du corps.

Les Anciens recommandaient beaucoup celui de la voix à ceux que la faibleſſe, ſur-tout aux jambes, empêchait de travailler ou de ſe donner d'autres mouvemens. « Il eſt étonnant, dit Plu» tarque, combien l'exercice journalier » de la voix eſt avantageux non ſeu» lement à la ſanté, mais même à l'en» tretien des forces, je ne dis pas de » celles qui font les athletes, mais de » la force & de la véritable vigueur » des principaux viſceres du corps, » d'où dépend principalement le réta» bliſſement de la ſanté (1) ».

(1) *Ujus ſermonis voce pronuntiati, quotidianus mirum dictu quam utile ſit genus exercitationis, non ad ſanitatem duntaxat, ſed & ad vires, non quidem athleticas eas, aut quæ carnes augeant, ſed quia principibus corporis membris, penes quæ vitæ potiſſimum facultas, naturale robur, verumque vigorem ingenerat.* Plutarch. T. II, p. 130.

2°. La lecture à haute voix & la déclamation produisent les mêmes effets que l'action de parler : car la commotion souvent répétée du diaphragme pendant la lecture, comme dans la parole haute, ballotte doucement les viscères du bas-ventre, ce qui doit nécessairement rendre le mouvement aux humeurs qui se ralentissent dans ces parties.

A mesure qu'on lit, le son de la voix se plie doucement, selon les idées qui affectent, & l'on n'éprouve rien de cette chaleur que le feu de la dispute met quelquefois dans la conversation. Autre chose pourtant est de lire à voix haute, & autre chose est de crier en lisant. Aussi la lecture à haute voix échauffe-t-elle beaucoup moins que l'action de parler, de déclamer : on s'agite moins, on fait beaucoup moins d'efforts violens, j'ai pensé dire de convulsions.

C'est ce qui se passe dans la déclamation théatrale, où l'on est obligé d'exprimer les différentes passions d'une ma-

niere plus ou moins ſenſible pour en pénétrer les auditeurs & en peindre la force. Auſſi la poitrine du déclamateur eſt-elle miſe ſi fortement en jeu pendant les exclamations, que la toux, le crachement de ſang en réſultent ſouvent.

Un tel exercice doit être interdit aux hémophthiſiques; mais dans d'autres cas de pratique, il peut être de la plus grande utilité, comme pour ſolliciter la rupture d'un abcès enkiſté dans le poumon; la Médecine fournit beaucoup d'exemples ſemblables. L'action de rire (1) a auſſi produit ſouvent de ces ſortes de ruptures d'abcès qui ont été ſi ſalutaires aux malades, qu'elles les

(1) Le ris eſt une action pathétique de l'ame, qui met en jeu le poumon, & s'il s'y trouve quelques matieres étrangeres, l'air qui s'y agite les entraîne au dehors par les bronches. C'eſt ce mouvement & cet état convulſif de la voix que l'on fait quand il ſe préſente quelque choſe de plaiſant à notre vue; c'eſt là le ris naturel qu'il eſt aiſé de diſtinguer du ris des politiques & des gens du bel air, du ris ſardonique ſur-tout.

ont arrachées à une mort qu'on regardait comme certaine.

3°. L'action de crier produit sur la circulation à-peu-près les mêmes effets que la parole & la lecture à haute voix; cependant les inspirations sont plus profondes, le diaphragme presse davantage les viscères du bas-ventre : c'est pour cette raison que les femmes en travail hâtent leur accouchement, si on les laisse crier, parce qu'alors la matrice recevant un plus grand effort par la compression du diaphragme, l'enfant est ainsi forcé de franchir le détroit inférieur du petit bassin.

Les cris que les enfans au berceau ont coutume de pousser, pourraient être regardés comme de puissans moyens que la nature emploie pour faire aller les sucs nourriciers dans les vaisseaux les plus éloignés, ce qui oblige nécessairement les parties à se développer chez eux (1).

(1) Marsilius Cagnatus dit que les cris & les pleurs

Cependant ſi l'on crie bien fort & long-tems, dans un endroit vaſte, comme dans la plaine, la voix, de claire qu'elle était, devient rauque, on éprouve de la chaleur & de la ſéchereſſe dans le goſier; le crachement de ſang réſulte quelquefois de cet exercice violent: c'eſt ce qui arrive aſſez ſouvent aux Colonels & aux Majors de Régimens, parce qu'ils ſont obligés de ſe faire entendre d'une aîle à l'autre, & que leur poitrine ſouffre quelquefois beaucoup de l'attitude gênée à laquelle ils ſont contraints pendant toute la durée des évolutions.

---

des enfans leur tiennent lieu d'exercice, *& fletum in infantibus loco exercitationis*..... & qu'au rapport de C. Warlitz, les Indiens font tenir toujours auprès du berceau de leurs enfans des orties prêtes, dont on les touche de tems en tems pour les faire crier, parce qu'ils ne crient preſque jamais d'eux-mêmes. Ces peuples n'alleguent point d'autre raiſon de cette conduite, que la meilleure ſanté & la plus longue vie de leurs enfans. Souvent l'inſtinct des peuples ſauvages équivaut l'art le plus réfléchi.

Il y a un choix à faire, ſoit dans l'action de crier, ſoit dans celle de parler à haute voix, & de déclamer, dont il a été queſtion plus haut; & ce choix dépend du genre des maladies qu'on a à guérir, & de la nature des parties qu'elles affectent. Ainſi toutes les fois qu'il s'agira d'exciter un mouvement très-actif & de le ſoutenir un peu long tems ſans ennui, comme dans le catarre édémateux, ou après les premiers accidens paſſés de la fauſſe eſquinancie; mais ſur-tout dans l'angine paralytique où il y a impuiſſance & relâchement des muſcles de la gorge, altération des nerfs, &c. il eſt clair que l'on retirera plus d'avantage d'une converſation animée, de la déclamation ou d'un commandement à voix haute, que de la lecture à haute voix & de la vociférération proprement dite, parce que ces ſortes d'exercices influent plus ſur le larynx, la luette, les amygdales, &c. que les derniers.

Au reſte ce n'eſt pas ici le lieu d'examiner cette matiere à fond ; il nous ſuffit d'avoir fixé les idées de nos lecteurs ſur les effets de ces ſortes d'exercices, & d'avoir donné un apperçu de leur emploi ſous un aſpect thérapeutique. Parlons du chant.

4°. Le chant met auſſi en action tous les muſcles de la bouche & des parties voiſines ; & par la fréquente contraction qui ſe fait alors dans ces parties, il arrive que la filtration des liqueurs & leur circulation s'operent plus parfaitement. Le mouvement de la voix influe juſques dans les endroits les plus intimes du corps ; il met en action tous les eſprits animaux, non ſeulement pour ce qui concerne le dehors, comme font les frictions, mais encore pour ce qui concerne les viſceres les plus éloignés.

C'eſt la raiſon pour laquelle les Religieuſes, quoiqu'elles ne paraiſſent pas faire beaucoup d'exercice, ne laiſſent pas de ſe bien porter ; cet exercice de

la voix ſuppléant chez elles à celui que le Cloître les empêche de ſe donner : les eſprits animaux pouſſés par l'action de la voix, s'inſinuent plus facilement dans les tuyaux des fibres & des nerfs; l'air agité par les organes vocaux frappe plus fortement tout le ſyſtême de l'économie animale. De là vient la fluidité des humeurs, de là l'évacuation de la matiere tranſpirable que les remedes diaphorétiques n'operent pas auſſi-bien.

Outre que l'exercice du chant atténue les fluides, il rend encore les parties ſolides plus robuſtes, & moins ſujettes dès-lors à être affectées. N'eſt-ce pas ainſi que l'enfant, dont on ſait meſurer l'haleine au chant & aux paroles, acquiert dans ſa poitrine une force qui rend cette capacité plus propre à remplir ſes fonctions vitales ? On a remarqué que les perſonnes qui, en chantant, s'habituent à prendre un ton grave, ſe donnent une voix grave ; que celles qui s'exercent dans les tons aigus, ont une voix aiguë.

Ne pourrait-on pas conclure de tout cela, que l'exercice du chant eſt un vrai moyen de donner de la force aux poitrines délicates des jeunes gens, dont les poumons ſont affaiblis?

5°. Les inſtrumens à vent que l'on fait parler avec la bouche, comme la flûte, le hautbois, le baſſon, la trompette, le cor-de-chaſſe, le ſerpent, paraiſſent avoir été inventés pour imiter la voix naturelle de l'homme; mais il ne nous ſemble pas que la Médecine & la Chirurgie puiſſent beaucoup s'en aider. La plupart de ceux qui apprennent à jouer de ces inſtrumens ſont rarement exempts de douleurs de poitrine; pluſieurs même s'en dégoûtent par cette raiſon. Morgagni attribue à ces inſtrumens, comme à l'exercice de la voix trop continué, les adhérences du poumon, à la plevre qu'il a obſervée dans l'ouverture de pluſieurs cadavres; c'eſt pourquoi il conſeille aux Muſiciens de ne faire uſage de leurs inſtrumens & de

leur voix qu'avec modération, & de n'y employer que le moins d'efforts poſſibles.

Cependant l'action de jouer des inſtrumens à vent, dilatant extraordinairement les joues & la poitrine, excitant une grande tenſion dans les muſcles de l'abdomen, & les viſceres ſe trouvant par-là foulés & comprimés, cette action eſt capable, dis-je, de donner du reſſort à ces parties lorſqu'elles ſont dans l'atonie, ou qu'il eſt néceſſaire de déterminer une pléthore dans le bas-ventre; mais je ne l'indique ici qu'en tremblant, parce qu'une hernie pourrait en être la ſuite.

Les inſtrumens à vent pourraient encore être de quelque utilité aux perſonnes qui ont les joues rétrécies par les cicatrices qui défigurent ces parties chez elles; parce qu'alors le gonflement des joues cauſé par la vive compreſſion de l'air qu'on ſouffle dans l'inſtrument à vent, peut étendre & alonger les muſcles des joues, au point de leur ren-

dre une partie de leur expanſion naturelle (1); mais il faut pour cela choiſir les inſtrumens à bocal, tels que le corde-chaſſe & la trompette. L'on conçoit aſſez qu'il n'eſt même pas néceſſaire de ſavoir jouer de ces inſtrumens, & qu'il ſuffit d'en tirer des ſons.

§. II.

Exercices du ſecond genre.

Les exercices du ſecond genre peuvent être diviſés en modérés & en violens : les premiers renferment l'agitation opérée par le branle d'un berceau, par la litiere, la chaiſe à porteur, le bateau, & le carroſſe traîné lentement (2) : les

(1) Je me rappelle avoir vu à la Verrerie de Seve, un homme dont les joues étaient pendantes & pliſſées, à force d'avoir ſouffié dans le tube qui ſert à porter l'air dans le verre fondu pour le dilater & en former des bouteilles. Cet effet eſt à-peu-près le même que celui qui réſulte de l'action des inſtrumens à vent ſur la bouche.

(2) Au défaut de ces moyens, on peut propoſer la geſtation dans un lit ſuſpendu que l'on agiterait, &

ſeconds renferment l'agitation opérée par le traîneau, la charrette, une voiture en poſte, & la navigation.

Dans ces ſortes d'exercices, certaines parties du corps ſont en repos, tandis que le reſte eſt en mouvement dans la direction des cauſes qui agiſſent ſur les perſonnes exercées. Le corps ſe trouve agité par ce mouvement paſſif, de la même maniere que par les exercices actifs, mais ſans éprouver de laſſitude, & ſans diſſiper ſes forces; au lieu que les mouvemens volontaires des muſcles, en fortifiant le corps, le fatiguent & conſomment autant d'eſprits qu'ils en font renaître. Examinons leurs effets.

Exercices modérés du ſecond genre.

Ces différens exercices en général, & principalement les modérés, ont la

ſi l'on n'en a point, on peut mettre ſous un des pieds du lit un ſoutien, & remuer le lit avec la main. Ce moyen avait déjà été imaginé par Celſe. *At certè uni pedi lecti funiculus ſubjiciendus eſt, atque ita lectus hùc & illùc manu impellendus.* Celſ. lib. 2, cap. 2, ſect. 7.

propriété

propriété de donner au corps un mouvement léger d'oscillations, de réveiller les facultés assoupies & languissantes; & sur-tout l'action des viscères par la chaleur résultante de leur frottement & des secousses qu'ils éprouvent, de favoriser les secrétions & les excrétions, de fortifier les organes de la digestion. Voyons les différences qu'il y a entr'eux.

1°. La plupart des Auteurs qui se sont occupés de l'éducation corporelle des enfans, n'ont pas manqué de faire connaître les abus du branle du berceau en ce qu'il peut causer de très-fâcheux effets dans leur cerveau encore trop tendre; ils ont même prétendu que ce ballottement, dont les secousses sont quelquefois plus fortes les unes que les autres, est capable de les faire souffrir en mille manieres, d'exciter leurs pleurs, de troubler leur digestion, de porter même un dérangement sensible dans la circulation de leur sang; mais il fau

ſonger que tout n'eſt bon & mauvais que relativement (1).

En effet, ſi l'on réfléchit à ce qui ſe paſſe dans l'action très-modérée du branle du berceau, on verra que le renouvellement fréquent de l'athmoſphere, que les ſecouſſes régulieres & modérées données à toutes les parties, que l'action des viſceres les uns ſur les autres doivent faire des impreſſions utiles ſur les enfans attaqués de certaines maladies chroniques qui exigent du mouvement. D'ailleurs l'air qui réſiſte plus ou moins, & contre lequel appuie tout le corps lorſqu'il eſt balancé, agit en comprimant toutes ſes parties comme autant de frictions légeres qui doivent occaſionner le dégourdiſſement des moindres vaiſſeaux de la peau, & faciliter le mouvement des liqueurs dans leurs cavités : ces parties étant agacées, elles

(1) L'Abbé Nollet & J.-J. Rouſſeau ont tous deux été de cet avis.

prennent un ton égal qui établit l'équilibration ; d'où réſulte une certaine harmonie entre l'action des organes & la diſtribution des humeurs, très-favorable au rétabliſſement de la ſanté.

Qui ne ſait pas que rien n'appaiſe autant les enfans malingres que le mouvement, ſur-tout lorſqu'ils n'ont pas faim ? N'y a-t-il pas des circonſtances où un ébranlement lent & doux du berceau pourrait ſoulager les maux des enfans, en les diſtrayant un peu de leurs ſouffrances, & en les invitant au ſommeil ?

2°. Si l'on porte les enfans ſur le bras, & qu'on les ſecoue doucement, il réſulte de cette geſtation à-peu-près les mêmes effets ſur leur petit corps, que celle opérée par la chaiſe à porteur ſur celui des adultes. Les viſceres ſont légérement ballottés & froiſſés les uns contre les autres. Par cet exercice on pourrait peut-être obtenir le dégagement de quelques corps étrangers arrêtés

dans les inteſtins ; comme on pourrait auſſi faire ſortir des pierres biliaires engagées dans le foie, &c.

3°. Si la geſtation a lieu dans une litiere, ou en ſuivant doucement en bateau le cours d'un fleuve tranquille (1), on éprouve alors un balancement inſenſible qui égaye & réveille ſans effort l'action des viſceres, & leur donne de la vigueur ; elle excite l'appétit & diſpoſe merveilleuſement à une tranſpiration convenable. C'eſt le témoignage de Sanctorius : *Cymbæ & lecticæ motus ſi diù duret, ſaluberrimus ; tunc ſolùm ad debitam perſpirationem mirificè diſponit.* Aph. 29.

4°. Eſt-on monté dans une voiture traînée lentement ſur la pelouſe, cette geſtation procure également à tout le corps une douce agitation qui ne lui

(1) *Navi autem vehi conducit debilibus ; ſi placidè navis feratur motu miram alacritatem, perſpiratione auctâ, ſolet excitare, famem augere, ingeſtorum digeſtionem promovere.* Vanſvieten, Vol. 1, p. 34.

coûte ni peine ni fatigue ; mais ce qu'il y a de plus particulier à ces trois sortes d'exercices modérés, c'est que le mouvement de l'air, auquel on est exposé pendant leur usage, & son influence salutaire, se déploie d'une maniere plus efficace sur les vaisseaux du poumon ; mais aussi cet exercice est souvent en pure perte, lorsque la voiture est fermée. La variété des objets qui offrent sans cesse de nouvelles scenes, égaye l'imagination & porte dans l'ame une satisfaction incomparable.

Tous ces exercices conviennent aux malades, dont les forces sont épuisées par la faiblesse, par l'inaction, le trop long repos, & par la diete, en un mot à ceux qui ne sont point encore en état de s'exercer par eux-mêmes. Ils sont capables de procurer insensiblement la résolution des matieres grossieres & hétérogenes, qui engouent & obstruent les vaisseaux, & dès-lors ils paraissent très-propres pour emporter les restes

des maladies qui durent depuis long tems, & qui n'ont point cédé aux autres remedes.

Exercices violens du ſecond genre.

1°. Le mouvement d'un char moins bien ſuſpendu, du traîneau, de la charrette, des voitures publiques, ſur-tout s'ils roulent ſur un terrein inégal & pierreux, & en poſte, demande beaucoup de forces, à raiſon des ſecouſſes plus violentes qu'ils cauſent à toute la machine; elles ſont quelquefois ſi fortes, qu'elles ſeraient capables de réveiller d'un aſſoupiſſement léthargique. Auſſi cet exercice eſt-il nuiſible aux pierreux, en ce qu'il rend la veſſie plus malade, par l'action de la pierre ſur ſes membranes (1).

(1) *Qui curribus & rhedis vehuntur, ſæpè magna incommoda currunt, quòd violento motu corpus concutiant, crurum ac reliquorum membrorum junctturas enervent; tùm & renes agitantur, qui ſi calculo laborent, non mediocriter lædunturr.* Plempius, ubi ſuprà.

Si ces exercices ſont continués longtems, ou ſi l'on voyage, leurs effets ſur les fluides & les ſolides ſont plus marqués, à raiſon du mouvement continuel qu'ils exigent & du fréquent changement d'air auquel on eſt expoſé. Le corps acquiert plus de force, les fonctions reprennent de la vigueur, l'eſprit devient plus tranquille, & ſe défait de toute inquiétude, ſaiſi qu'il eſt par les charmes des objets nouveaux & variés qui ſe ſuccedent ſans ceſſe, & qui excitent l'ame à ſe replier agréablement ſur elle-même.

2°. La navigation ſemble réunir tous les avantages de la plupart des exercices de la Gymnaſtique. En effet le mouvement ondulatoire d'un vaiſſeau & les ſecouſſes que l'on y ſouffre, prêtent à l'action différente de tous les muſcles qui ſe trouvent conſtamment obligés d'être par toute l'habitude du corps dans un mouvement alternatif, pour conſerver toujours l'équilibre.

Etant conſidérée dans ſes circonſtances compliquées, & alors qu'elle a le plus grand effet, la navigation mérite d'être rangée au nombre des exercices les plus violens & les plus capables de cauſer de grandes révolutions : néanmoins, dès qu'on en a fait uſage pendant quelque tems, elle devient réellement l'exercice le plus doux & le moins propre à exciter des mouvemens irréguliers ou dangereux dans les fluides. Examinons plus particuliérement ſes effets.

La geſtation en mer eſt vive, forte & continuelle; le corps eſt comme bercé & dans un balancement perpétuel, à cauſe du changement continuel du centre de gravité; ce qui fait que tous les ſolides ſont en action & agiſſent ſur les fluides avec une grande variété & beaucoup d'effet. Par cette différence de mouvement, tous les ſucs ſont mêlés plus efficacement, ils ſont comme broyés; ce qui produit un fluide beaucoup plus

uniforme, un ſang beaucoup mieux travaillé.

Les poumons, par leur mouvement non interrompu, & l'agitation qu'ils communiquent au ſang, ſont les principaux organes de la ſanguification, qui eſt le plus ſouvent imparfaite dans pluſieurs maladies chroniques, mais principalement lorſque cet organe eſt affecté. Ici l'action variée & conſtante de tout le ſyſtême muſculaire, ne pourrait-il pas ſuppléer en quelque choſe à l'action affaiblie des poumons ? & cet exercice ne contribuerait il pas plus qu'aucun autre à la ſanguification, lorſque l'organe dont nous venons de parler, ne peut exercer librement ſes fonctions ?

Ce qui ajoute encore beaucoup à l'exercice que l'on fait en mer, c'eſt l'action de l'air, qui ayant un mouvement ondulatoire, agit néceſſairement comme par voie de percuſſion.

Or, par ce moyen, il a une efficacité beaucoup plus grande que lorſqu'il n'agit

que par une preſſion conſtante & égale. L'air de mer, dit Cœlius, eſt apéritif, à cauſe des particules ſalines qui y ſont ſuſpendues ; & il nettoie le corps de ſes impuretés ; enfin il produit de tels changemens, qu'il ſemblerait qu'il le renouvellât (1).

Un autre effet de la navigation dont nous aurions dû peut-être parler avant tous les autres, parce qu'il ſemble un remede précurſeur de celui qui réſulte de cet exercice, cet effet eſt *le mal de mer*, ou *vomiſſement violent* (2), qui eſt la ſuite preſque inévitable d'un premier

---

(1) *Maritimæ vero latenter atque ſenſim corpus aperiunt, & falſæ proprietatis cauſa, corpus adurunt ; atque ejus habitum quâdam mutatione reficiunt..... Eſt enim lacerantior, atq. corporis aperitionibus efficax, ob falſitatem, maritimus aer.* Cœl. aurel. morb. chron. cap. 1, 3.

(2) *Commotio quæ in navigatione excitatur, vim habet elleboro levi & albo perſimilem..... Quin & vomitiones ipſæ in ſtabili volutatione commotæ, plurimis morbis capitis, oculorum, pectoris medentur, omnibuſque propter quæ elleborum bibitur.* Oribas. Med. collect. cap. 23.

embarquement. Sa propriété eſt de nettoyer les premieres voies des mauvaiſes humeurs, qui, retenues, pourraient vicier le chyle & être comme un foyer continuel, d'où dérivent les impuretés du ſang & un dérangement dans les fonctions, juſqu'à ce qu'il ſoit dompté par quelque moyen que ce ſoit. En cela, *le mal de mer* correſpond, on ne peut mieux, avec l'uſage ordinaire où l'on eſt de nettoyer les premieres voies avant d'adminiſtrer une ſuite réguliere de remedes.

Mais cette opération n'eſt pas le ſeul bien que procure *le mal de mer*. Le vomiſſement, en attirant dans les parties une plus grande quantité d'eſprits, les échauffe & les fortifie ; il donne, par ſa continuité, une contractilité permanente à la fibre, qui rétablit le ton de l'eſtomac & des inteſtins, &c. &c.

De tels effets produits par la navigation, ne peuvent être indifférens dans la cure de certaines chroniques, ſur-tout

lorſqu'elles ſont compliquées d'hypocondrie : car la vie que l'on mene en mer eſt plus capable que toute autre d'agir ſur l'eſprit & par conſéquent ſur le corps, puiſqu'il y a la plus grande ſympathie entre les deux.

En effet ſur mer il regne un aſſemblage de paſſions qui eſt ſingulier, & ſouvent porté à l'extrême. Souvent l'eſprit des Marins ſe trouve partagé entre la crainte & l'eſpoir ; & des tranſitions ſi ſubites & ſi variées doivent exciter les plus grandes révolutions ; elles ſont ſeules capables de guérir des maladies invétérées & incurables (1).

D'un autre côté, l'eſprit éloigné des affaires, des ſoucis, éprouve un repos

---

(1) *Verùm geſtatio per pelagus vehementiſſima eſt, & mutationes plurimas & maximas facit. Nimirùm cùm anima mixtos affectus habeat ex triſtitia & ſpe, timore ac periculo, modò gaudentibus & lætis, modò in agone exiſtentibus navigantibus. Omnia hæc compoſita ſufficientem vim habent omnem veterem morbum exigendi, & è corpore excludendi.* Actius Med. contract. tetrab. 1, ſerm. 3, cap. 6.

particulier ; il eſt d'ailleurs égayé par la variété des objets curieux qui le conduiſent dans des pays inconnus ; l'eſpérance de revoir bientôt ſa patrie, réveille la ſatisfaction du navigateur. Quel contentement n'éprouve-t-il pas, dès qu'il apperçoit le port ! Réfléchiſſant ſur le plaiſir qu'il aura de recevoir les careſſes de ſon épouſe, de ſes enfans, de ſes amis, goûtant d'avance la ſatisfaction qu'il éprouvera en leur racontant ſes voyages & ſes périls, en les pénétrant d'effroi par l'image d'une tempête & la peinture d'un naufrage, auquel il aura échappé, il eſt heureux d'avance, il s'extaſie à la vue de tous les genres de bonheur qu'il ſe promet à ſon arrivée.

§. III.

Exercices du troiſieme genre.

Le troiſieme genre d'exercices, qui participe des deux précédens, regarde celui qu'on fait étant aſſis, ſans autre

appui : par exemple, ſur une corde ſuſpendue & agitée ; ce qui conſtitue la branloire & le jeu qu'on appelle *eſcarpolette* ; l'équitation avec différens degrés de mouvement, tels que le pas du cheval, l'amble, le trot, le galop, & autres ſortes de moyens qui peuvent avoir du rapport à ceux-là, dans leſquels on eſt en action de différentes parties du corps, pour ſe tenir ferme, pour ſe garantir des chûtes, pour exciter à marcher, pour arrêter ou refréner l'animal ſur lequel on eſt monté.

Ces ſortes d'exercices donnent lieu en même tems aux mouvemens de la tête, des bras, des jambes & du tronc, & on eſt expoſé, en les prenant aux ébranlemens, aux ſecouſſes dans les entrailles ſur-tout, aux agitations plus ou moins fortes de la machine ou de l'animal ſur leſquels on eſt porté, d'où réſulte un double effet, dont l'un eſt réellement actif & l'autre paſſif.

1°. L'exercice que l'on prend ſur une

balançoire, dans l'eſcarpolette & même dans une calêche, approche beaucoup de celui de la navigation, parce que le corps s'y trouvant expoſé à une grande variété d'attitudes, les muſcles ſont conſtamment obligés d'être par toute l'habitude du corps dans un mouvement alternatif, pour conſerver toujours l'équilibre. Ces mouvemens ſubits & quelquefois inattendus, peuvent être d'une grande influence dans la pratique; c'eſt au Praticien éclairé à en déterminer l'application. Examinons plus particuliérement les effets de l'exercice à cheval, car il a une grande prérogative ſur tous les autres de ce genre.

2°. L'équitation, lorſqu'elle eſt très-modérée, c'eſt-à dire, faite au pas de cheval ou à l'amble, cauſe des ſecouſſes égales & douces, & dès-lors très-favorables à toutes les parties du corps, particuliérement aux viſceres de la poitrine & du bas-ventre qu'elle applique ſans effort les uns contre les autres.

Cependant Sanctorius a remarqué que les effets ſalutaires de cet exercice appartiennent plus aux parties ſupérieures qu'à celles qui ſont au-deſſous des reins ; & il prétend que de toutes les manieres d'aller à cheval, la meilleure eſt d'aller au pas, enſuite le trot ; & que la plus nuiſible eſt le galop, en ce qu'il ébranle trop les parties ſolides du corps, & ſur-tout les reins (1).

Par les ſecouſſes réitérées que l'équitation modérée imprime ſur les ſolides, elle occaſionne dans le ſyſtême vaſculeux une action & une réaction ſur les parois des vaiſſeaux, qui augmentent le mouvement des liqueurs qu'ils contiennent, & procure une circulation plus libre juſques dans les plus petits vaiſſeaux ; le ſang & la lymphe ſe trouvent plus atténués, mieux préparés, &

(1) *Equitatio reſpicit magis perſpirabile partium corporis ſuprà lumbos, quàm infrà. Inter autem equitationes, volutans ſaluberrima ; ſicut ſuccuſſans inſaluberrima.* Sanctor. aph. 27.

acquierent dès-lors une plus grande perfection. Cet exercice modéré facilite ſur-tout la circulation dans les parties glanduleuſes de tout le corps, où l'on ſait qu'elle ne ſe fait que lentement, à cauſe des circonvolutions des vaiſſeaux & du défaut de leur reſſort. La lymphe d'ailleurs qui s'y prépare, eſt d'une nature viſqueuſe & très-diſpoſée à s'épaiſſir & à produire des engorgemens dans ces parties.

L'équitation modérée développe encore, en accélérant l'action des ſolides & le mouvement des liquides, & augmente par conſéquent le degré de la chaleur du corps; ce qui fait que toutes les fonctions ſe font avec plus de facilité. L'action que cet exercice opere ſur le bas-ventre & ſur le diaphragme, facilite l'entrée du chyle dans les veines lactées, & conſéquemment la nutrition, la tranſpiration, les digeſtions, la ſortie des excrémens & la ſecrétion de tous les viſceres.

Mais un des principaux effets qui en réſultent, c'eſt que la circulation devient plus facile dans les ramifications de la veine-porte, dans le méſentere, les inteſtins, &c. &c. Auſſi cet exercice paraît-il être ſpécialement adapté aux hypocondriaques; car il eſt vraiſemblable que chez ces ſortes de ſujets, il y a quelque défaut dans les fonctions du foie, & ſur-tout dans les inteſtins; & cela eſt même évident par la conſiſtance, l'odeur & les autres qualités de leurs humeurs, bien différentes de celles qu'ils avaient dans l'état de ſanté.

Ce défaut peut être corrigé par l'uſage de l'exercice du cheval qui, en agiſſant ſur ſes parties, comme un topique, doit naturellement, par des ſecouſſes multipliées, y exciter une chaleur plus grande qu'à l'ordinaire, mieux faire le mêlange des humeurs, & faciliter davantage leur excrétion. Il n'y a rien, dit Celſe, qui raffermiſſe davantage les inteſtins que l'exercice du cheval, & c'eſt par

cette raiſon, qu'il eſt utile dans la diarrhée (1).

L'équitation a encore d'autres propriétés, c'eſt de répandre une fraîcheur ſur le viſage des perſonnes mêmes les plus infirmes & les plus faibles. Cette fraîcheur dure quelque tems, & s'annonce dès la premiere fois que l'on monte à cheval. Cet exercice étend ſes effets ſur la poitrine; il donne occaſion aux différens changemens d'air qu'on rencontre à la campagne, tantôt dans la plaine, tantôt ſur les collines, tantôt ſur le bord des rivieres; changemens qui agacent doucement les houpes nerveuſes & contractent les fibres; de ſorte que ce fluide pénetre avec plus de force dans la poitrine & excite l'expectoration. D'un autre côté, les différens objets qui ſe préſentent, ſont comme autant de

(1) *In hoc affectu corporis..... vehiculo ſediſſe vel magis etiam equo prodeſt, neque enim ulla res magis inteſtina confirmat.* Celſ. lib. 4, cap. 1, ſ. 6.

nouvelles ſcenes, qui amuſent infiniment l'eſprit.

Ce fond de gaieté, que l'équitation inſpire à un malade, eſt une diverſion vraiment deſirable, & dont le Praticien peut tirer un grand parti : car plus la crainte & le chagrin ſont capables d'aggraver une maladie, & même de l'occaſionner, plus on doit ſaiſir avidement un moyen agréable de la guérir ou de la prévenir : or l'exercice du cheval en eſt un qui peut inſpirer la plus grande confiance, ſoit au malade, ſoit au Médecin, & dès-lors opérer les meilleurs effets.

Ils ſont merveilleux ces effets, dans tous les cas où l'équitation eſt faite à propos ; ils ſont preſque incroyables, ſur-tout dans la cure des maladies chroniques qui affectent la poitrine & le bas-ventre. Auſſi cet exercice eſt-il infiniment plus agréable & plus ſalutaire pour un malade que celui du carroſſe, ſi toutefois ſes forces le permettent.

Plempius (1), Sydenham, Fuller, Vanſvieten s'accordent tous à lui donner la préférence.

Mais ſi l'équitation eſt pouſſée à un degré trop violent, comme de trotter ou de galoper fortement, c'eſt de tous les exercices violens le plus dangereux pour les malades ſur-tout, parce qu'alors les fluides & les ſolides éprouvent un bouleverſement conſidérable, & que les viſceres trop agités peuvent ſe déplacer de leur ſituation naturelle, & produire des hernies. De ces effets de l'équitation trop forte & trop violente, ſuivent des courbatures, des douleurs aux articulations (2), des crachemens ou des piſſemens de ſang, des hémorroïdes, &c. &c.

---

(1) *Per rhedas itâ pedibus cruribuſque obrigeſcunt ut non ampliùs incedere valeant.... Equitatio commodior eſt, modò non ſit equus ſternax, ceſpicator aut ſuccuſſor.* Plempius, ibid. quo ſuprà.

(2) *Equitare ei cui articuli dolent, inimiciſſimum omnium eſt.* Celſ. lib. 4, cap. 1.

Si quelqu'un s'étonnait de ces ſuites funeſtes, qu'il réfléchiſſe un moment aux forces qu'il faut employer pour ſe tenir ferme ſur un cheval qui court, ou qui trotte vivement, (ce qui demande néceſſairement l'action tonique de preſque tout le corps, & la contraction violente des muſcles), alors il ſera moins ſurpris de la fréquence des accidens dont nous venons de parler, chez ceux qui courent la poſte, qu'il ne le ſera de leur petit nombre, & pour ainſi dire de leur rareté. A plus forte raiſon s'en ſuivrait-il des déſordres ſenſibles ſur les viſceres renfermés dans la poitrine & le bas-ventre, ſi ces parties étaient déjà affectées. Qui ne conçoit en effet que le poumon étant tuberculeux, ou en partie ſquirrheux, ou ayant récemment contracté des adhérences à la ſuite d'une inflammation, les violentes ſecouſſes qu'il éprouverait par le galop ou le trot dur d'un cheval, pourraient donner lieu à des divulſions dangereuſes, à des ruptures de vaiſſeaux,

à des hémophtiſies, & hâter la fin des malades, qui, par erreur, ſe ſeraient perſuadés que l'équitation pouvait leur être ſalutaire ? Elle l'eſt réellement dans la cure de ces mêmes maladies, comme nous le prouverons plus amplement ailleurs; mais c'eſt lorſqu'elle eſt très-modérée & faite à propos.

Cette obſervation, & toutes celles que nous avons laiſſé échapper juſqu'ici, comme en paſſant, nous impoſent enfin la néceſſité d'établir des précautions générales pour aſſurer le ſuccès des trois genres d'exercices. Ces regles gymnaſtiques feront l'objet du Chapitre ſuivant.

CHAPITRE V.

Regles gymnaſtiques.

Quis, quid, ubi, quibus auxiliis, cur, quomodò, quandò?

LES trois genres d'exercices adoptés par la Médecine pour la cure de différentes maladies, ſont d'une efficacité ſi grande, qu'ils deviennent quelquefois par eux-mêmes un moyen plus ou moins ſûr de guériſon. Cependant lorſqu'on parcourt certains Auteurs, qui ont écrit ſur la Gymnaſtique Médicinale, on eſt étonné de voir que les uns ont préconiſé certains exercices comme des moyens ſalutaires dans telles ou telles maladies; que les autres, au contraire, les ont formellement déſapprouvés comme nuiſibles. L'équitation, par exemple, que Sydenham, Vanſvieten, Fuller ont regardée

regardée comme un ſpécifique contre les embarras des viſceres du bas-ventre, eſt rejetée par Jonſthon, Jérôme Mercurial, &c. Et les ſentimens ſont auſſi très-partagés ſur les bons ou mauvais effets de la vocifération. Cette différence dans les avis prévient l'homme vraiment inſtruit, qu'il n'y a point de remede bon ou mauvais abſolument, & que ſon ſuccès dépend entiérement d'une juſte application. Traçons à cet égard quelques regles de conduite.

La nature de la maladie étant aſſez connue pour ſavoir ſi le mouvement eſt néceſſaire, il convient alors,

1°. De faire choix des exercices qui paraiſſent plus propres à remplir les indications curatives;

2°. De régler le tems auquel il convient de s'exercer;

3°. De proportionner la meſure & la durée de l'exercice à l'âge du malade, au ſexe, au tempérament, à la ſaiſon, &c.

4°. De prendre des précautions particulieres, après l'exercice fini. Détaillons chacune de ces regles dans un paragraphe particulier.

§. Ier.

Premiere Regle Gymnastique.

Le choix des Exercices.

Ce que nous avons dit des effets du mouvement en général, relativement au tems, au lieu, au degré & à la durée, doit être appliqué à tous les exercices des trois genres. Cette application une fois faite, l'on ſentira aiſément la différence de leurs effets, relativement à la nature de l'exercice, qui exigera des efforts plus ou moins violens; & c'eſt ce qui en déterminera le choix.

Parmi les exercices du premier genre, il en eſt de deux eſpeces: les uns violens, qui mettent dans un inſtant tout le corps dans la plus grande agitation;

les autres plus modérés, qui n'exigent qu'un léger mouvement muſculaire quelquefois général, d'autres fois locomouvant. Par exemple, il eſt démontré que le jeu de billard, du palet, la promenade, & tous les autres qui n'exercent que modérément le corps, ne produiront pas les mêmes ſecouſſes aux viſceres & à l'action muſculaire; qu'ils n'exciteront pas la même tranſpiration, (leur durée étant égale), que les jeux du volant & de la paume, que l'exercice de l'eſcrime, de la danſe & de la chaſſe. L'on en ſent aſſez les raiſons, d'après l'expoſition de leurs effets. Parmi ceux qui ne mettent en action que les extrêmités, il eſt encore aiſé de diſtinguer les modérés des violens, & il en eſt de même à l'égard des différens exercices de la voix. Ne nous répétons pas.

D'après ces réflexions générales, nous croyons pouvoir décider ſans crainte, que les exercices du premier genre ne conviennent pas aux corps languiſſans,

cacochimes & mal conſtitués, à ceux qui ont perdu leurs forces par le long ſéjour du lit ou par quelque maladie longue & conſidérable, & qu'ils ne peuvent être utiles qu'aux malades qui ont aſſez de forces pour en ſupporter l'action, & long-tems même après la ceſſation des accidens.

Quand il eſt néceſſaire de mettre en mouvement toute la machine par le moyen des exercices, il faut faire choix de ceux qui rempliſſent mieux cette intention. Il eſt des gens qui s'en tiennent à un ſeul exercice, qui favoriſe ſeulement quelques parties du corps & laiſſe les autres dans l'inaction. Il eſt important de faire toujours choix de l'exercice qui fait agir préciſément les parties où le mouvement eſt indiqué: c'eſt de cette application bien faite que dépend le ſuccès.

Les exercices du ſecond & troiſieme genre ne convenant abſolument qu'aux malades qui ne peuvent point

s'exercer par eux-mêmes, il eſt clair que la geſtation la plus douce, telle que la litiere, la chaiſe à porteurs & le bateau, ainſi que le pas du cheval, doivent être préférés juſqu'à ce que les malades aient un peu recouvré de leurs forces. Que l'on monte alors dans une voiture, mais que l'on n'aille que lentement, d'abord en raſe-campagne & ſur la pelouſe, juſqu'à ce que les forces permettent de ſupporter ſur un terrein inégal & pierreux, les violentes ſecouſſes d'un char moins bien ſuſpendu, ou d'un cheval qui marche au trot. Ces exercices paſſifs ont-ils produit l'effet qu'on en attendait? Eſt-il néceſſaire, pour achever la guériſon, de continuer & d'augmenter le mouvement de toute l'action muſculaire ou d'une faculté loco-mouvante? C'eſt alors qu'il faut recourir aux exercices actifs, après en avoir déterminé le choix.

En général, dans tous les cas où l'on ſe propoſe de faire de l'exercice pour

le rétabliſſement de la ſanté, l'on doit choiſir, autant qu'il eſt poſſible, le moyen qui plaît davantage, qui récrée l'eſprit en même tems qu'il met le corps en action, parce que, comme dit Platon : « La liaiſon générale qui eſt entre » l'ame & le corps, ne permet pas que » le corps puiſſe être exercé ſans l'eſprit, » & l'eſprit ſans le corps ».

§. II.

Seconde Regle Gymnastique.

Le choix du tems.

Le mouvement étant indiqué pour la cure d'une maladie, il vaut mieux s'y livrer après la ceſſation des douleurs que pendant qu'on les éprouve encore; il vaut mieux le prendre quand le tems des premiers accidens eſt paſſé, lorſqu'il y a diminution dans la ſuppuration, & lorſque les criſes ſont paſſées.

Il eſt de regle-pratique qu'on ne doit

jamais agiter un corps qui ſouffre, ſoit que l'on reſſente de la douleur par-tout, ſoit qu'on n'en reſſente que dans quelque partie ; il eſt peu de cas exceptés. On ne doit point le faire non plus dans le redoublement de la fievre, mais toujours dans la rémiſſion.

L'expérience a prouvé encore qu'il convenait mieux de prendre du mouvement avant de manger qu'après : ou en ſent bien les raiſons. Cependant il y a des tempéramens, & ſur-tout les bilieux, qui ne peuvent ſupporter un exercice violent, notamment celui du cheval, lorſque leur eſtomac eſt entiérement vuide. Ceux-là doivent alors prendre un bouillon, ou quelqu'autre nourriture légere, avant que de monter à cheval. Nous remarquerons encore qu'on ne doit pas manger, ni s'appliquer d'abord après l'exercice (1), parce

(1) *Ne ſtatim poſt exercitationem cibus aſſumatur; ſed modica interjiciatur mora, quò uſque fervor remittatur & agitatio corporis jam ſedata appareat.* Mercurial

qu'alors on a beſoin de repos, & que l'action de l'ame n'eſt point un repos pour le corps fatigué.

§. III.

Troisieme Regle Gymnastique.

La meſure & la durée de l'exercice proportionées à l'âge, au ſexe, au tempérament du malade, & à la ſaiſon où il eſt exercé.

La regle générale qu'il faut ſuivre pour la meſure & la durée de l'exercice, c'eſt de l'interrompre, non tout-à-coup, mais peu-à-peu, & par degrés, lorſqu'on voit que les vaiſſeaux commencent à ſe gonfler, que la reſpiration devient moins libre, que la rougeur du viſage aug-

---

de arte gymnaſticâ. *Poſt ſatietatem nihil agendum. Si quis interdiù ſe implevit, poſt cibum neque frigori, neque ceſtui, neque labori ſe debet committere: neque enim tam facile hæc inani corpore quàm replete nocent.* Celſ. lib. 1, Cap. 1, ſect. 2.

mente, que la peau eſt ſuante, & que l'on ſent une laſſitude, ſans être accompagnée de fatigue (1); cependant la difficulté de reſpirer & la ſueur ne ſont pas toujours des ſignes certains que la meſure de l'exercice eſt ſuffiſante, parce qu'il y a certains exercices violens qui peuvent produire ces deux effets, avant que d'avoir ſatisfait au beſoin entier qu'on peut en avoir : la ſueur d'ailleurs eſt quelquefois plus prompte ou plus tardive chez les uns que chez les autres. Il en eſt de même pour la gêne de la reſpiration ; elle ne doit pas toujours être l'indice du terme du mouvement, parce qu'elle peut dépendre de la complexion plus ou moins forte du ſujet, & de la nature de la maladie.

Au reſte l'eſpece & la durée de l'exer-

(1) *Moderata exercitatio eſt quæ fit uſque ad ſudorem, aut certè laſſitudinem citrà fatigationem : eſt enim inter eas diſcrimen, quòd laſſitudo ſit corporis gravitas ; fatigatio autem ſit immoderatio laboris ; illa ſpiritum non nihil exſolvit, hæc plus ſatis corpus incalfacit & exſiccat.* Plempius, &c.

cice doivent varier à raiſon des indications curatives : car lorſqu'on a celles d'un exercice forcé pour la guériſon de certaines maladies chirurgicales, les ſignes indiqués plus haut ne peuvent pas toujours ſervir d'indice pour le degré & la durée du mouvement qui doit être alors proportionné à mille circonſtances ſur leſquelles on ne ſaurait donner des regles préciſes ; c'eſt ſur quoi on doit ſe conſulter ſoi-même. Souvenons-nous qu'à quelques exercices qu'on ſe livre, ils doivent toujours être aſſaiſonnés de cette ſage modération qui peut ſeule procurer les merveilleux avantages que nous en attendons. C'eſt à la ſageſſe de ceux qui les conſultent & de ceux qui s'y livrent, à les reſtreindre ou à les étendre. Ne perdons pas de vue ſur-tout que le choix, le degré & la durée de l'exercice doivent être proportionnés, comme nous l'avons dit, à l'âge, au ſexe, au tempérament du malade, & à la ſaiſon où il eſt exercé.

1°. Quant à l'âge, un jeune homme & un vieillard ſupportent plus facilement telle eſpece d'exercice actif, qu'un homme dans l'âge de maturité, qui n'eſt point accoutumé au mouvement & au travail. Cependant les jeunes gens & les vieillards doivent s'exercer moins violemment & moins long tems, que les hommes faits. La raiſon en eſt que tous ceux qui prennent, avant le tems, des exercices qui ne ſont pas faits pour leur âge, vieilliſſent & tombent dans une rigidité prématurée.

Les Soldats, par exemple, qui ſe fatiguent beaucoup plus que leurs Officiers, ſont hors d'état de ſervir avant ceux-ci, qui, ſoulagés dans leurs travaux par l'aiſance & la richeſſe, conſervent très long tems une vieilleſſe active & exercée, utile à l'Etat & agréable à eux-mêmes.

Il y a pourtant une maxime à obſerver pour les vieillards, c'eſt qu'ils doivent toujours, dans certains cas, & lorſque

l'eſpece de mouvement indiqué eſt indifférent pour la cure de la maladie, continuer les exercices auxquels ils ſont accoutumés ; par cela même que l'habitude les leur a rendus plus faciles, ils ne peuvent que leur être plus agréables : au moins eſt-il certain qu'ils s'expoſeraient, ſi, tout d'un coup ils voulaient ſubſtituer un genre nouveau d'exercice à celui auxquels ils étaient accoutumés. J'ai vu des gens qui retrouvaient facilement leurs forces par la promenade, & qui étaient incommodés par la chaiſe à porteurs & par la voiture ; d'autres que la voiture ſoulageait beaucoup, mais qui ne pouvaient pas ſupporter la promenade la plus modérée.

Au reſte les exercices des vieillards doivent être doux & modérés, ils ne doivent ni fatiguer leurs ſolides, ni fouetter trop leur ſang ; les promenades à pied, les jeux, les exercices modérés, les plaiſirs de la campagne, par exemple, & ſur-tout ceux de l'agri-

culture (1), qui environnent leurs corps des parties ſubtiles des plantes, & qui leur font reſpirer un air pur & ſalutaire. Tous ces exercices & ces jeux leur conviennent beaucoup, ainſi qu'aux adultes, dans un tems de convaleſcence.

2°. Le ſexe; le corps des femmes eſt naturellement plus fluet, plus mince & plus délicat que celui des hommes. Cette loi eſt aſſez générale dans toutes les femelles des animaux, comparées aux mâles : cependant il n'y a que la femme qui ait cru avoir des droits à l'oiſiveté :

---

(1) Nous entendons par les travaux de l'agriculture, non pas ceux auxquels ſont condamnés les malheureux qui ſont courbés ſous le poids des fardeaux, & qui ſupportent tout le faix du jour, mais ceux que nous préſente le Laboureur dépeint par Virgile, donnant des ordres au milieu de la campagne & faiſant devant lui couper ſes moiſſons ou fouler ſa vandange; tantôt voyant traire ſes vaches, tantôt occupé à compter ſes géniſſes. Cette belle ſimplicité de la vie champêtre, éloignée des remords & des chagrins, méritait bien d'être chanté par les Poëtes; & s'il eſt impoſſible de la retrouver aujourd'hui, leurs vers du moins ſont d'aimables leçons qui nous apprennent à la regretter.

leur texture établit la néceſſité des exercices doux & modérés. Qui eſt-ce qui n'a pas remarqué que ces femmes les plus oiſives de corps & d'eſprit, tombent ſouvent en convulſion à la moindre cauſe extérieure, à une promenade un peu longue ; parce que, quoique faible, l'impreſſion de cette cauſe eſt trop forte pour elles? Elles ſont à-peu-près comme les convaleſcens, dont les fibres ſont dans un état d'atonie bien marqué : au moindre mouvement extraordinaire, ils treſſailliſſent juſqu'à la convulſion, ce n'eſt pas que la tenſion produiſe aucun danger de rupture dans les fibres ; mais quelque faible qu'elle ſoit, elle eſt trop forte pour des fibres déshabituées du ſentiment, & dont l'état naturel eſt d'être relâchées. C'eſt pour cela que les exercices actifs les plus modérés, & encore mieux les paſſifs, conviennent davantage aux femmes malades. Il faut remarquer qu'il y a cependant certains exercices qui conviennent plutôt aux

femmes lorſqu'elles ſont nourrices, (c'eſt ce que nous indiquerons plus loin, quand l'occaſion s'en préſentera) ; il en eſt d'autres qu'elles doivent éviter, ou préférer pendant la groſſeſſe.

Il y a des femmes qui n'ont point conſidéré l'équitation comme un exercice au-deſſus de leurs forces & de leur caractere, on le leur a conſeillé quelquefois avec ſuccès pour hâter le retour des regles ; mais je ne voudrais pas qu'elles ſe tinſſent à cheval comme les hommes, cela eſt trop froiſſant ; il vaudrait mieux qu'elles y fuſſent aſſiſes, les deux jambes d'un même côté, & les deux pieds appuyés ſur un large étrier.

En vain obſerverons-nous ici que le plus grand nombre des femmes qui habitent les villes, s'exercent trop peu, ou ne font qu'un exercice épuiſant. Beaucoup d'autres les ont averties avant nous que rien ne détruit plus leur tempérament & leur conſtitution que la molleſſe & l'indolence où elles vivent.

Les femmes ſont idolâtres de leurs appas ; & livrées à leurs caprices, elles ſont preſque toujours ſourdes ſur l'article de leur ſanté. Au reſte les regles de proportion que nous traçons pour les hommes, peuvent preſque toutes être adaptées aux femmes, *ſervatis ſervandis*.

3°. Le tempérament ; tous les hommes ont chacun leur tempérament, & c'eſt d'après la connaiſſance qu'ils nous en donnent eux-mêmes, & les obſervations que nous y pouvons ajouter, que nous devons diriger nos moyens curatifs & la preſcription des exercices ou plus forts ou plus modérés que nous leur conſeillons, ayant cependant toujours égard aux indications curatives qui nous ſont préſentées.

Par exemple, avons-nous à faire à un tempérament ſanguin, dont les vaiſſeaux ſont très ſouples par leur extrême délicateſſe, qui fait qu'ils ſe relâchent aiſément ?

Dans ce cas, on a à craindre la plé-

thore & ſes ſuites. C'eſt ici que l'exercice modéré & ſuivi, ſelon les regles de la raiſon, que des frictions générales de tout le corps, qui donnent aux fluides du mouvement, aux ſolides de la force, & qui augmentent la tranſpiration, ſont des ſecours auxquels on ne peut reprocher aucun danger. Un exercice exceſſif occaſionnerait promptement l'inflammation, la fievre, &c.

Les fibres ſont-elles ſouples? Elles doivent ſe fortifier alors par la fatigue; il faut que les gens dont les ſolides portent ce caractere, ſe ſouviennent du mot de Celſe : *labor ſiccat.*

La conſtitution bilieuſe ſuppoſe plus d'activité que dans les tempéramens ſanguins; auſſi celle qui eſt de cette nature, ne craint que les maladies inflammatoires; tout y porte chez elle : ſolides, humeurs, tout y eſt diſpoſé. La denſité inflammatoire qui eſt ſon apanage, en impoſe donc aſſez ſur le danger des exercices violens, & ſur leur longue durée?

Dans les tempéramens pituiteux & mélancoliques, où les liqueurs circulent difficilement & lentement, forcez ſans crainte l'exercice, il n'y a pas de conſtitution dans laquelle on doive lui donner plus de vigueur; & choiſiſſez de préférence celui qui anime & ſecoue davantage la machine & qui donne plus d'activité aux liqueurs. L'augmentation de mouvement, de frottement & de chaleur qui en réſultent, ſont de grands inſtrumens de coction capables d'atténuer & de fondre les glaires qui incommodent un pituiteux, les viſcoſités qui obſtruent les viſceres, & pour fortifier les muſcles qui languiſſent. Mais c'eſt ſon tempérament d'être pareſſeux : il fuit le travail qui lui eſt contraire, dit-il, parce qu'il le fatigue; il dort pour digérer; il s'enfonce dans la molleſſe pour engourdir ſes douleurs; il s'abandonne enfin, pour parler avec le vulgaire, à ſon tempérament, ſouvent formé par l'art plutôt que par la nature: c'eſt un

enfant de l'opulence & de l'oiſiveté. Cherchez des phlegmatiques décidés parmi les Laboureurs & les Soldats, vous n'en trouverez pas un ſeul. L'exercice gradué donne des vertus aux tempéramens qui en paraiſſent le moins ſuſceptibles.

Les mélancoliques reſſemblent beaucoup aux phlegmatiques, leur conſtitution eſt ſeche & froide; ils ont auſſi beſoin de mouvement, mais celui qui ſecoue les viſceres leur eſt préférable.

4°. Quant à la ſaiſon, l'exercice dans les grandes chaleurs doit être fort modéré; il faut même avoir un ſoin tout particulier de n'en faire aucun dans le tems de la journée où la chaleur eſt la plus violente. Ce repos du midi eſt exactement obſervé par les ouvriers qui travaillent en plein air; ils s'abandonnent à la ſenſation du relâchement que produit la chaleur, parce qu'ils ne peuvent vaquer à aucun exercice qui exige beaucoup de force. Les animaux ſem-

blent ſuivre en cela l'eſprit de la nature : car jamais les forêts & les bois ne ſont plus tranquilles qu'à l'heure du midi, à cauſe de la grande chaleur. Les animaux terreſtres ſont au gîte, les oiſeaux ne font point entendre leur ramage : le ſilence de cette époque du jour eſt preſque comparable au ſilence de la nuit.

Quoique nous ayons dit que l'exercice donne de la force aux fibres, néanmoins il fait une trop grande dépenſe d'humeurs pendant l'action vive du ſoleil ; & le choix étant permis, l'exercice paſſif ou mixte doit être préféré à l'exercice actif ; mais ces ſortes de choix n'appartiennent qu'à la moindre partie des hommes. Ainſi lorſqu'on eſt obligé d'avoir recours aux exercices actifs pour remplir les indications curatives, il faut choiſir le moment du jour où il fait moins chaud pour s'y livrer.

Pendant l'hiver, au contraire, l'exer-

cice doit être preſque outré, s'il eſt permis d'outrer jamais rien. Il doit toujours tendre à vaincre l'inaction que le froid humide donne à nos fibres. Il faut le faire à pied, autant que la ſaiſon le permet. Des frictions longues & répétées peuvent en tenir lieu, & l'on peut même les joindre à l'exercice, comme le faiſaient les Anciens. Cela regarde plus particuliérement ceux qui relevent de maladie : car on ſait que les convaleſcences ſont plus longues & plus difficiles en hiver qu'en été ; mais on doit avoir la plus grande attention à ne pas prendre d'exercice après le repas. Rien ne nuit plus à l'aſſimilation que de s'expoſer au froid pendant la coction.

§. IV.

QUATRIEME REGLE GYMNASTIQUE.

L'exercice fini.

Après l'exercice fini, l'on ne peut ſans danger paſſer tout d'un coup d'un

travail immodéré au repos (1), ni d'un trop long repos au travail. Il faut se disposer peu-à-peu au changement. Ne sait-on pas qu'une personne qui est fatiguée d'un exercice auquel elle n'est point accoutumée, se délasse, en reprenant le genre d'exercice auquel elle est faite ? *Levat quoque lassitudinem etiam laboris mutatio*, dit Celse, l. 1 ; & contre cette lassitude, quand elle est extrême, quel remede y a-t-il ? Le lit dans lequel vous couchez tous les jours, dit encore Celse, *fatigato quotidianum cubile tutissimum est, insolitum contrà.*

Si la sueur a résulté de l'exercice que l'on a pris, il est important, avant de changer de linge, de se faire essuyer & frotter modérément le corps, avec des linges secs & un peu chauds : *hunc reficit*

---

(1) L'on dit ordinairement que la pleurésie vient pour s'être trop exercé ; l'expérience montre au contraire que c'est moins à l'exercice, qu'au repos subit après l'exercice, qu'est due cette maladie.

in ipso quoque itinere frequens unctio ; post iter primum sedile, deindè unctio (1).

Les Jokeys Anglais ont bien soin de prendre ces précautions pour conserver les chevaux qu'ils viennent de faire courir ; l'expérience leur ayant appris que, sans ces précautions, les plus vigoureux & les plus agiles tombent dans un état de langueur & perdent leur force & leur légéreté. Aussi-tôt que la course est finie, ils leur donnent du vin, les frottent ensuite avec des bouchons de paille ; après quoi ils les font marcher un instant, & les frottent de nouveau. Prend-on autant de soins du palfrenier qui a monté le coursier ?

Il ne serait peut-être pas hors de propos de traiter ici ce qui concerne les frictions ; mais comme cela inter-

---

(1) Par ce moyen non seulement on nettoie le corps, en absorbant l'humidité qui le mouille ; mais on fait sortir encore des pores de la peau des restes de sueur qui y ont été portés, & par-là on diminue la lassitude.

rompraît l'ordre que nous avons annoncé, il nous a paru plus convenable d'en faire un petit traité particulier, rejeté à la fin de l'ouvrage. Paſſons à ce qui regarde le repos.

CHAPITRE

CHAPITRE VI.

Du Repos.

LE repos du corps eſt la ceſſation du mouvement que l'on a fait en ſe livrant à l'exercice ou au travail : c'eſt l'état oppoſé à celui de l'action qu'opere ce mouvement. Il y a deux ſortes de repos, l'un du corps en entier ou de quelqu'une de ſes parties ſeulement ; l'autre, celui des ſens externes ou de l'eſprit.

Le repos du corps eſt celui que l'on prend lorſqu'on eſt couché, & que les puiſſances qui le mettaient en action ſont relâchées, & n'agiſſent plus. Le repos de l'eſprit eſt celui où les ſens externes ne ſont pas troublés de la part des choſes extérieures : c'eſt l'état du plus parfait repos du corps, c'eſt-à-dire, celui où il n'y a d'autre action

que celle qui vient des mouvemens libres, doux, aisés des fonctions vitales.

Sous ce point de vue, examinons les effets du repos, ses avantages, ses inconvéniens, & les précautions nécessaires pour en assurer le succès dans la cure des maladies en général.

§. I.

Des effets du Repos.

Pendant le repos, les fibres motrices ont une sorte de relâchement, ou du moins leur tension diminue; elles sont dans un état de tranquillité, pendant lequel tous les muscles antagonistes sont en équilibre, & où l'action étant égale de part & d'autre, aucun d'eux ne l'emporte, du moins de très-peu, sur le muscle qui lui correspond. Les liquides que le mouvement tenait divisés, se ralentissent dans leur circulation: aussi le mouvement du fluide artériel est-il plus tranquille & mieux ordonné, l'action

conſtante & uniforme du cœur & des muſcles de la poitrine, (les ſeuls moteurs), lui communique une impreſſion beaucoup plus douce & plus égale que pendant le mouvement, où la ſeule contraction des muſcles qu'exigent les différens exercices du corps, donne à ce fluide plus ou moins d'impétuoſité. C'eſt pourquoi nous avons conſidéré ailleurs le tems des exercices, comme un tems de dépenſe qui met en contribution toute la machine; car un corps toujours agité reſſemble à une liqueur qui eſt ſur le feu, elle ſe tarit, & ſes eſprits s'évaporent. Ici nous enviſageons le repos comme un tems de reſtauration, pendant lequel le corps fatigué ſe délaſſe, & les forces ſe réparent (1). Nous en pouvons dire autant du liquide nerveux & de toutes les autres parties ſoit ſolides, ſoit fluides. En effet un cours

(1) *Quod caret alternâ requie durabile non eſt, hæc reparat vires, feſſaque membra levat.* Ov. her. ep. V.

du ſang plus uniforme & mieux ordonné, eſt bien plus propre à la nutrition & à l'accroiſſement qui ſe fait par appoſition des parties aux vaiſſeaux, qu'un mouvement impétueux & interrompu.

Or ces parties ne pouvant ſe réparer que par l'abſence de la tenſion & par le repos, il paraît que le deſſein de la nature, pendant ce tems, eſt de rendre la force & le ton aux parties qui ont éprouvé une certaine diſtraction par le mouvement. Voilà pourquoi, lorſqu'après des exercices violens, nous commençons à goûter les douceurs du repos, nous choiſiſſons naturellement la ſituation la plus convenable à des membres fatigués, celle qui s'adapte le mieux aux intentions de la nature. Telles ſont celles que nous devons ſcrupuleuſement obſerver dans la cure des maladies aiguës où il faut modérer le cours des fluides & procurer leur épaiſſiſſement, diminuer la grande chaleur naturelle, & quelquefois fébrile; où il faut

faire ceſſer les douleurs & les tiraillemens cauſés par le gonflement des vaiſſeaux, & prévenir les déſordres que l'action muſculaire pourrait déterminer, &c.

Le repos du corps ne favoriſerait pas aſſez de tels effets, ſi l'eſprit était troublé de la part des choſes extérieures, comme par le bruit, le tumulte, le ſouci, &c. (1). Il en eſt des malades comme des gens de Lettres & des ſavans: lorſque ceux-ci veulent étudier & méditer, ils recherchent avec ſoin cette tranquillité, ce ſilence & cette paix qui favoriſent l'examen des penſées. Deſcartes compoſait un grand nombre de ſes Méditations dans le lit. Nous devons également adopter cette méthode pour certains malades, ſur leſquels le moindre bruit ſerait capable d'augmenter la fievre, d'amener le délire, d'empêcher

(1) *Cura ac meditatio hominibus pro animi exercitatione eſt.* Hip. de morb. vulg. lib. 6. ſ. 5. aph. 10.

le plus parfait repos, d'éloigner le ſommeil.

Il eſt inconteſtable combien le repos du corps, tant qu'il eſt modéré, peut produire d'effets ſalutaires auxquels on ne ſaurait ſuppléer par aucun autre moyen. Mais le repos qui eſt de trop longue durée, eſt très-ſouvent ſuſceptible d'inconvéniens fâcheux : en favoriſant la condenſation des ſucs, il la transforme en épaiſſiſſemens marqués dans quelques-unes de nos humeurs ; il relâche trop le reſſort des viſceres, il affaiblit conſidérablement l'action des fibres ; il plonge dans la ſtupeur & l'engourdiſſement toutes les facultés du corps ; & la nature livrée à elle-même, ſupporte alors le fardeau de toutes ſes fonctions : d'où s'enſuivent des concrétions, des épaiſſiſſemens, des lenteurs dans le cours des liquides, des engorgemens dans le tiſſu cellulaire, des bouffiſſures, des amas d'eau, & d'autres embarras dans les viſceres ; enfin l'affai-

bliſſement de tous les ſens, l'inertie des mouvemens, la proſtration des forces, l'inſenſibilité, la ſuſpenſion des ſecrétions & des excrétions, les mauvaiſes digeſtions; le défaut de dépuration, de nutrition, & en dernier reſſort, l'extinction de la force vitale.

Les progrès de ces accidens ſont bien plus rapides dans un malade. C'eſt une obſervation de Sanctorius, dont il donne tout à la fois la raiſon & la preuve: *Quies longa efficit corpora ægrotantia ponderoſiora, tùm quià preſpirabilia excrementa motu ad excretionem præparantur; tùm quià quiete cibi & potus, ſi inſoliti ſint, vel debito copioſiores, ut in ægris accidit, non digeruntur. Et indè omnia mala, & ſæpiſſimè mortes eveniunt.*

Faudrait-il des exemples pour prouver que l'abus du repos eſt beaucoup plus dangereux que celui du mouvement? Nous en avons ſans ceſſe ſous les yeux: voyez ces malades qui ont été forcés de garder long-tems le lit.

Ils n'en fortent ordinairement qu'avec quelques membres perclus ou enkilosés; ou il s'eſt développé chez eux un principe ſcorbutique, ou leur convaleſcence eſt une nouvelle maladie. Il y a mille autres inconvéniens du repos trop prolongé, que nous aurons occaſion de faire connaître.

Mais ſans aller dans les hôpitaux pour les faire appercevoir, examinons les hommes qui ne ſont pas réellement malades, mais qui paſſent leur vie dans l'inaction, l'indolence & la molleſſe. Un embonpoint exceſſif, un teint livide & plombé, des digeſtions lentes, des hémorroïdes, des jambes enflées, &c. voilà les fruits de leur nonchalance & de leur oiſiveté. Le cheval le plus robuſte, qu'on laiſſe trop long tems oiſif dans l'écurie, perd ſa force & ſa vivacité (1). Si le repos trop long produit

(1) *Validis curſibus quotidiè aſſuetus equus quieſcat in ſtabulis; opima brevi pinguedine turget, ſed ſimul longè debilior fiet, ſolitis laboribus impar omninò.* Vanſvieten, T. I, p. 24.

un effet auſſi funeſte ſur les fibres dures & élaſtiques de cet animal, combien n'en doit-il pas produire de plus ſenſibles ſur les fibres de l'homme, qui ſont plus faibles, & ſur celles des femmes encore plus délicates ! La Morale, dit un Philoſophe moderne, fait de l'oiſiveté la mere de tous les vices ; la Religion la préſente comme un péché capital ; la Médecine la conſidere comme la ſource de tous les maux.

Le repos trop long entraîne donc après lui des inconvéniens auſſi préjudiciables à l'entretien de la ſanté, que nuiſibles à la guériſon des maladies ; il les entraîne par la raiſon que les organes & les fonctions ceſſant d'agir, il ne s'y fait pas d'atténuation & de filtration de la part des humeurs, & que leur fluidité eſt au-deſſous du degré requis, par la faibleſſe & l'inaction de l'agent qui doit l'entretenir. De là tous les déſordres qui ſe manifeſtent dans l'économie animale. En un mot, le repos trop pro-

longé eſt un excès, & tout excès eſt ennemi de la nature, dit Hipocrate. *Omne nimium naturæ inimicum.*

Hâtons-nous donc de poſer des bornes au repos, comme nous en avons preſcrit au mouvement. C'eſt une loi que nous nous ſommes faite, & une néceſſité que notre ſujet nous impoſe.

On pourrait élever une queſtion à la fin de cet article : *la ſituation d'un homme debout peut-elle être regardée comme un état de repos?*

Oui, & non. Oui : en ce que le corps placé dans cette ſituation n'eſt pas mis dans un état de mouvement. Non : parce qu'il eſt clair que l'action tonique des muſcles que cette ſituation exige, n'eſt pas cet état de repos que nous avons établi, & pendant lequel nous avons ſuppoſé les muſcles dans le relâchement & ſans action.

Cette queſtion ainſi éclaircie, nous ajouterons que la ſituation dont il s'agit n'eſt rien moins que favorable en beau-

coup de cas, & qu'en appesantissant les extrêmités inférieures, dont les fluides retournent avec peine vers le cœur, elle peut produire des effets très-nuisibles à la cure des plaies & des ulceres, à la guérison des hernies & des écoulemens de la matrice, aux maladies des lombes, des reins & des parties génitales, &c. &c. &c.

§. II.

Regles générales concernant le Repos.

Lorsque le repos est indiqué pour la cure d'une maladie, on doit prendre toutes les précautions nécessaires pour en assurer le succès & prévenir ses inconvéniens. Il faut donc avoir attention,

1°. Que le cou, les reins, les poignets & les jambes ne soient pas serrés, que les bandages ne compriment pas trop les parties où ils sont appliqués; ce serait mettre obstacle à la liberté de la circulation, donner lieu à des engor-

gemens, d'où s'en ſuivraient des engourdiſſemens, de l'inquiétude, l'œdeme, &c.

Cette précaution doit être la même pour les petits enfans que l'on a la fureur de mettre au maillot, qui, par lui-même inquiete, irrite, échauffe trop l'enfant, & lui cauſe une eſpece de douleur en le comprimant; compreſſion capable de cauſer quelquefois les plus grands ravages ſur des parties ſuſceptibles d'impreſſion & d'accroiſſement, ſur les viſceres, & dans toute l'économie animale.

2°. Les malades ne doivent pas être couchés ni trop mollement, ni trop durement; ils repoſent quelquefois mieux dans un lit un peu dur, ſans plumes & ſans rideaux.

Locke, en parlant de l'éducation de la jeuneſſe, recommande de faire coucher durement les jeunes gens, c'eſt-à-dire, ſur des matelas de paille, de laine ou de crin, & jamais ſur des lits de

plume, parce qu'ils produiſent néceſſairement des complexions délicates & valétudinaires. Ce Philoſophe obſerve très-bien, qu'un lit dur fortifie les membres & qu'un mollet, où l'on s'enſevelit chaque jour dans la plume, fond & diſſout, pour ainſi-dire, tout le corps; ce qui cauſe ſouvent des faibleſſes, & eſt comme l'avant-coureur d'une mort prématurée. Cette expreſſion n'eſt pas exagérée; car rien en effet n'eſt plus préjudiciable à la ſanté & à la vigueur du corps, que de s'enfoncer toutes les nuits dans le duvet.

Il ne faut pas trop couvrir les malades, ſur-tout en été, afin de ne pas exciter en eux une tranſpiration, ou plutôt une ſueur trop abondante, qui les affaiblirait ſûrement.

Remarquons, en paſſant, qu'il eſt peu de perſonnes qui ne confondent pas la ſueur avec la tranſpiration inſenſible: que ce ſoit par les mêmes vaiſſeaux que ſort la matiere de ces deux excrétions,

c'eſt une queſtion que nous laiſſons à décider aux Phyſiologiſtes. Nous ne voulons écouter & ſuivre que l'expérience : or elle nous apprend que la ſueur affaiblit conſidérablement & appeſantit le corps, au lieu que la tranſpiration inſenſible le rend plus léger & plus vigoureux ; différence qui doit nous diriger dans le choix & la quantité de couvertures.

En accablant les malades de couvertures de laine ou d'autres matieres, on écraſe les vaiſſeaux du tronc, la circulation ne s'y continue qu'avec peine, le ſang ſe porte avec abondance à la tête ; c'eſt pourquoi on voit la ſueur couler plus ſur le viſage que ſur les autres parties du corps. Cet état de ſueur eſt incommode aux malades, quand même il leur ſerait indiqué ; ils s'agitent dans leur lit, ſe tournent & ſe retournent de tous côtés pour ſe procurer un peu de fraîcheur.

Ces agitations ſont dangereuſes :

1°. parce qu'elles arrêtent la tranſpiration, ſuivant cet aphoriſme de Sanctorius. « La trop grande agitation dans » le lit, met en action tous les muſcles, » diminue les forces, la digeſtion & la » tranſpiration. 2°. C'eſt qu'en ſe remuant, les malades peuvent ſe débarraſſer de leurs couvertures, & » reſter nuds pendant le ſommeil. Or, » ſuivant le même Obſervateur, la » nudité du corps empêche plus la » tranſpiration dans le ſommeil que » dans la veille, tant à cauſe de l'état » de repos dans le ſommeil, que parce » que la chaleur qui occupait les » parties externes, ſe retire au dedans ».

Obſervons, en paſſant, que cette méthode de ſurcharger le corps de couvertures, n'eſt pas moins préjudiciable aux parties bleſſées, quand bien même elles pourraient en ſupporter le poids; car, en augmentant leur chaleur, la ſuppuration peut prendre une mauvaiſe

qualité, faire naître des érésipelles, déterminer la gangrene, &c. &c.

3°. Pour assurer encore l'efficacité du repos, & prévenir ses inconvéniens, les draps du lit & les linges du malade doivent être bien secs, il faut en changer souvent ainsi que le malade de chemise. Il serait dangereux de le laisser dans des linges imbibés de sueur, ou d'autres matieres infectes, qui produiraient bientôt des rougeurs, des démangeaisons, des cuissons au sacrum, aux fesses, au scrotum, & à toutes les parties saillantes du corps; accident qui est également la suite de l'immobilité dans le lit, du long séjour qu'on y fait.

C'est sur-tout à l'égard des enfans malades que cette précaution est très-nécessaire pour favoriser le repos. Les accidents dont nous avons parlé, les agitent, les tourmentent beaucoup, & les font pleurer, & c'est mal-à-propos qu'on attribue quelquefois leurs pleurs à la maladie même.

Galien (1) eut occasion de voir un enfant qui criait jour & nuit, sans que le mouvement, ni la musique, ni le téton pussent l'appaiser un instant. Après bien des recherches, il trouva que le lit, les langes & le corps de l'enfant étaient extrêmement sales ; il le fit laver, on lui donna du linge blanc, &, le moment d'après, il tomba dans un doux sommeil, qui continua plusieurs heures.

Regle générale, c'est qu'il faut tenir les malades le plus proprement que l'on peut, parce que cela facilite une douce transpiration, & que la propreté fait renaître en eux la gaieté, favorise la circulation & par conséquent la nutrition des parties.

4°. Le repos ne peut être parfait & absolu que lorsque les sens externes ne sont pas troublés. Ainsi, quand un malade a été à la selle, il convient de faire

(1) *De sanitate tuendâ*, Galen. lib. I, cap. 12.

emporter ſes excrémens. Il faut éviter la putridité de l'air, & la corriger quand on s'en apperçoit. La fumée, les odeurs fortes, & tout ce qui eſt capable d'irriter la membrane pituitaire, eſt nuiſible en bien des cas.

La lumiere ne doit point être vive dans la chambre où repoſe le malade, afin de ne pas cauſer un violent ébranlement à l'organe de ſa vue, ſur-tout s'il eſt affecté : elle ne doit pas alors venir de côté ni en face, mais par derriere. Le malade eſt-il éveillé ? Il ne faut jamais l'expoſer tout-à-coup au grand jour : ces précautions ne ſont pas moins importantes pour les petits enfans. Leur lit doit être diſpoſé de façon qu'ils ne puiſſent rien fixer, ſur-tout d'éclatant & de lumineux. Ils ſont ſuſceptibles de toutes les impreſſions : le bruit, la lumiere, le changement ſubit de l'athmoſphere, tout les étonne & peut troubler leur repos.

L'organe de l'ouie demande les mêmes

précautions pour favoriſer le repos : il faut qu'il y ait le moins de monde auprès des malades, qu'on y faſſe le moins de bruit poſſible, que perſonne ne leur parle ſans néceſſité, car, outre que le trop de perſonnes dans la chambre d'un malade & ſur-tout près de ſon lit, alterent l'air, & en empêchent le renouvellement, c'eſt que la variété des objets occupe le cerveau, & peut en augmenter la fievre, faire rêver les malades.

Autant qu'il eſt poſſible, on doit les éloigner du bruit, comme loin des cloches & de l'habitation des ouvriers dont le métier eſt bruyant ; ſi c'eſt à l'armée, le bruit du canon eſt plus à craindre : il eſt facile de prévenir le bruit des charrettes, des voitures, en faiſant mettre de la paille aux environs du logement du malade.

5°. Le repos, & la même ſituation dans le lit, ne doivent pas être d'une trop longue durée, s'il eſt poſſible,

parce que la chaleur réſultante, dont nous avons parlé plus haut, & l'inaction du corps l'affaibliſſent de plus en plus; que la circulation devient languiſſante, que les viſceres n'étant plus arroſés par la même quantité de ſucs, il s'en ſuit inertie, défaut d'énergie dans les ſolides, & ſtagnation dans les humeurs; & celles-ci arrêtées dans leur circulation, croupiſſent, ſe corrompent & cauſent d'autres maladies indépendantes de celles pour laquelle on a preſcrit le repos au malade, & auxquelles on ne peut remédier qu'en prévenant les inconvéniens du repos.

Qui ne ſait que les grandes bleſſures, les opérations graves dont la cure eſt néceſſairement très-longue, les fractures des extrêmités inférieures obligent indiſpenſablement à garder un repos qui peut devenir funeſte?

« Vanſvieten prétend que le repos » du corps contribue plus à la généra- » tion du calcul des reins, qui eſt le

» germe de ceux de la veſſie, que toutes
» les autres cauſes, auxquelles on attri-
» bue l'origine de cette cruelle mala-
» die. Il rapporte qu'un homme qui
» n'avait jamais paru avoir la moindre
» diſpoſition à la pierre, ayant été obligé
» de garder le lit immobilement pendant
» deux mois & demi, pour une fracture
» de cuiſſe, fut attaqué, quelques ſe-
» maines après ſa guériſon, d'une colique
» néfrétique : il rendit, après avoir
» eſſuyé les plus vives douleurs, une
» pierre aſſez inégale, & pendant le
» reſte de ſa vie, il a reſſenti de tems
» à autre des accès de cette maladie.

» Sydenham avait déjà fait l'obſer-
» vation que les goutteux étaient forts
» ſujets à la pierre, non ſeulement par
» rapport aux ſucs concreſcibles qui ſe
» forment en eux, mais à raiſon du
» long ſéjour dans le lit, où la violence
» des douleurs les retient ».

Voulons-nous trouver la vraie cauſe de cet accident? Cherchons-la avec

M. Hales (1), dans la ſtructure, la poſition & les uſages des organes deſtinés à la ſecrétion de l'urine, & nous verrons clairement comment la ſituation horizontale & le long ſéjour dans le lit peuvent occaſionner la formation de la pierre; d'après cela, il nous ſera facile de prendre les précautions néceſſaires pour prévenir cet inconvénient.

Cependant, ſans entrer dans tous les détails anatomiques, il ſuffit que nous ſachions qu'un des reins eſt inférieur à la veſſie lorſqu'on eſt couché ſur le dos, ce qui fait que le baſſinet devient alors un réſervoir propre à recevoir en dépôt les matieres tartareuſes de l'urine; & que l'urine étant pouſſée dans cette ſituation vers les reins, avec une force qui eſt non ſeulement égale à la hauteur perpendiculaire de la veſſie, mais encore ſuffiſante pour la dilater, ainſi que tou-

(1) Voyez l'Hœmaſtatique, ou la Statique des animaux d'Etienne Hales, traduite de l'Anglais, par M. Sauvages, Profeſſeur en Médecine à Montpellier.

tes les parties adjacentes, l'urine doit preſſer avec une force conſidérable contre les orifices des tuyaux excrétoires des reins; ce qui retarde cette liqueur dans ſon cours, & lui donne plus de tems pour dépoſer ſes parties tartareuſes dans les petits conduits des papiles rénales où M. Hales croit que les premiers rudimens du calcul ſe forment ordinairement : la diſſection appuie ce ſentiment; Riolan, Malpighi & Morgagni paraiſſent être de même avis que M. Hales; car ils aſſurent que cette découverte a été faite ſur quelques ſujets chez leſquels on avait à peine ſoupçonné cette maladie.

Comment obvier à ces inconvéniens à l'égard des malades qui, pour leur guériſon, ſont obligés de garder long-tems le lit? Le même M. Hales nous indique un moyen ſimple, dont on peut faire uſage en bien des cas. C'eſt de faire coucher les malades, comme les ſoldats dans leur corps-de-garde, dans

une poſture inclinée, avec la précaution d'avoir toujours la tête & les parties ſupérieures plus élevées que les extrêmités inférieures.

Dans cette ſituation, l'urine coulant plus facilement par les ureteres, entraînerait promptement au travers de ces tuyaux les matieres tartareuſes qu'elle contient; & la preſſion contre les orifices des tuyaux excrétoires des reins étant ôtée, l'urine ſe ſéparerait du ſang plutôt & en plus grande quantité; c'eſt pour cette raiſon qu'il paraît vraiſemblable, ſuivant M. Hales, qu'entr'autres cauſes, la ſituation droite du corps peut procurer une plus grande facilité pour l'excrétion de l'urine le jour que la nuit.

Cette raiſon, & toutes celles que nous venons de donner, prouvent éminemment la néceſſité indiſpenſable de favoriſer le libre cours des urines & le nettoiement des voies urinaires; elles nous preſcrivent, dans la cure des maladies

ladies où le repos du corps eſt forcé, l'indication du mouvement propre aux parties dont l'action eſt libre, & particuliérement de faire coucher les malades alternativement ſur les deux côtés. Expoſer le méchaniſme de cette ſituation, c'eſt en démontrer les heureux effets. Lorſque nous ſommes couchés ſur le côté gauche, les tuyaux excrétoires & la cavité du rein gauche étant ſitués au-deſſous de la veſſie, l'urine, qu'ils ſéparent, y ſéjourne long-tems, au lieu que les tuyaux & le baſſinet du rein droit étant ſupérieurs à la veſſie, la liqueur qu'ils ſéparent a un libre cours des reins dans la veſſie; il doit arriver la même choſe à l'égard du rein gauche, lorſqu'on eſt couché ſur le côté droit. Il eſt donc très-important & très-ſalutaire de ſe coucher tantôt ſur un côté & tantôt ſur un autre, afin que les ſédimens tartareux qui peuvent avoir été dépoſés dans un rein, lorſqu'il était inférieur à la veſſie, puiſſent être chaſſés

par le changement de ſituation, avant qu'ils aient eu le tems de s'unir en petites parties ſablonneuſes, qui deviendraient aiſément des calculs conſidérables.

Fin de la premiere Partie.

GYMNASTIQUE

MÉDICINALE

ET CHIRURGICALE.

SECONDE PARTIE.

Indications ſuivant leſquelles on doit preſcrire l'uſage du Mouvement & du Repos dans la cure des maladies.

PAR l'expoſé que nous venons de faire des effets du mouvement & du repos, les indications générales d'après leſquelles on doit en preſcrire ou écarter alternativement l'uſage dans les maladies,

ſeront faciles à ſaiſir, ſur-tout après une connaiſſance parfaite des cauſes de chacune d'elles, & des ſignes qui les font connaître.

Par exemple, ſi c'eſt la ſenſibilité, la douleur, l'irritabilité, la trop grande agitation des liqueurs qu'il s'agit de calmer, ſi leur épaiſſiſſement doit entrer dans le plan d'une curation, ſi les effets du mouvement ne peuvent que la contrarier ou augmenter l'intenſité des autres accidens; enfin s'il y a proſtration de forces, il eſt clair que la principale indication eſt de ramener le calme & la tranquillité dans la machine, & que c'eſt au repos qu'il faut avoir recours.

Si c'eſt l'épaiſſiſſement des liquides qu'on a à combattre ou à prévenir dans la curation des maladies; ſi les fibres ſont relâchées, & dans l'atonie, s'il y a rigidité dans les ligamens & roideur dans les atticulations, s'il faut réveiller la chaleur naturelle, il n'y a pas de doute qu'on ne doive appeller le mou-

vement, pourvu qu'il n'y ait pas de contr'indication particuliere à ſon emploi.

La connaiſſance des cauſes & des ſymptômes des maladies, le ſecours des exemples & des faits accompagnés de réflexions propres à fixer nos idées ſur les avantages & les inconvéniens reſpectifs de ces deux moyens de guérir, ne nous permettront pas d'en faire une fauſſe application. Et pour mettre ce que nous allons dire dans un ordre facile à ſaiſir, nous le diviſerons en deux Chapitres ſeulement.

Dans l'un, nous préſenterons les indications, d'après leſquelles le repos doit être preſcrit; dans l'autre, celles qui doivent déterminer le mouvement.

CHAPITRE PREMIER.

Indications d'après lesquelles le Repos doit être prescrit dans le traitement des Maladies.

DANS ce premier Chapitre, ainsi que dans le second, nous suivrons l'ordre anatomique pour toutes les maladies, tant internes qu'externes, qui en sont susceptibles. Les maladies générales, ou celles qui n'ont point de siege fixe, seront traitées les premieres ; ensuite nous parcourrons successivement celles qui affectent la tête, le tronc & les extrémités. Cet ordre nous a paru d'autant plus naturel & plus commode, qu'il sera plus facile de distinguer avec lui l'espece de repos ou d'exercice qui conviendra, eu égard à la partie malade.

§. I.

Maladies inflammatoires en général.

Les maladies inflammatoires, tant internes qu'externes, telles que le phlegmon, l'érésipelle, &c. ſont ordinairement accompagnées de la fievre qui eſt quelquefois aſſez forte, & c'eſt ce que l'on remarque dans celles qui ont pour ſymptômes, le viſage enflammé, un battement violent des carotides, les yeux rouges, la crainte de la lumiere, un grand mal de tête, un abattement général, la reſpiration laborieuſe, &c. mais n'y eût-il que de la fievre jointe à une partie enflammée, le malade ne peut la mouvoir, il ſe plaint d'une grande laſſitude & n'aime que le repos.

Ces ſymptômes nous montrent évidemment l'indication de laiſſer le malade tranquille, & même de le faire coucher; car le repos dans le lit, détruit les ſpaſmes, abat la violence de la circula-

tion, & met la nature en état d'employer toutes ſes forces pour expulſer la maladie & favoriſer la réſolution de la partie enflammée, conjointement avec l'uſage des remedes généraux & diététiques.

Le repos eſt d'autant mieux indiqué dans la cure des maladies inflammatoires internes ou externes, que, d'une part, l'exercice immodéré où les travaux exceſſifs les ont ſouvent occaſionnés, & que, de l'autre, les malades qui ont voulu combattre le mal, en continuant leurs travaux & leurs exercices ordinaires, l'ont fixé plus profondément, au lieu de le chaſſer. Ajoutez que le repos du lit a ſouvent guéri ſeul une fievre dans ſes commencemens, & prévenu les ſuites fâcheuſes d'un phlegmon: raiſons déciſives pour preſcrire le repos dans les maladies inflammatoires.

Si la fievre & le mal de tête ſont conſidérables, ſi le malade eſt menacé du délire, le repos ordinaire n'eſt pas

ſuffiſant ; il faut qu'il ſoit dans le repos le plus profond de la part des choſes extérieures, & que la tranquillité de ſon corps s'étende juſqu'à ſon eſprit, pour prévenir l'intenſité des accidens.

Rarement la compagnie peut-elle être agréable à un malade dans ce cas-là ; & cela par la raiſon que tout ce qui peut troubler ſon repos & ſon imagination, (même une trop vive lumiere), que tout ce qui affecte ſes ſens trop fortement, aggrave ſa maladie.

Les Anciens, pénétrés de l'importance de cette précaution, faiſaient coucher leurs malades dans des lieux obſcurs & éloignés. Obſervons néanmoins qu'il y aurait du danger de la pouſſer trop loin, & de vouloir tenir dans une obſcurité conſtante un malade en délire. On a éprouvé que ces ſortes de malades, quand on fait ouvrir les rideaux de leur lit, afin qu'ils voient clairement les objets qui les environnent, étaient beaucoup plus tranquilles que dans les

ténebres mêmes : la raiſon en eſt ſenſible, c'eſt que lorſqu'un délire n'eſt pas porté au dernier degré, plus on fortifie les impreſſions que les objets extérieurs peuvent faire ſur les ſens, plus on a lieu d'eſpérer que les ſenſations vraies prévaudront ſur les fauſſes imaginations.

Cependant quelques précautions que l'on prenne en éloignant les malades du bruit, pour aſſurer le ſuccès du repos, les douleurs lancinantes, l'ennui, &c. les privent quelquefois du ſommeil qui leur ſerait néceſſaire.

Toutes les maladies inflammatoires ſont preſque toujours précédées du friſſon plus ou moins violent : auſſi les malades veulent-ils qu'on les couvre beaucoup, ſous prétexte de les défendre du froid & d'exciter la ſueur; mais il faut être attentif à les découvrir, dès que le froid diminue, afin que, quand la chaleur commence, ils n'aient rien de plus que leurs couvertures ordinaires. L'uſage contraire a beaucoup de ſuites

fâcheuſes : il augmente la raréfaction des humeurs & la vélocité de leur cours ; ce qui rend la fievre plus forte & fait naître des diſpoſitions à l'inflammation & aux engorgemens, & change quelquefois le caractere & l'état de la tumeur inflammatoire.

L'accablement des malades les tient ordinairement dans une poſition horizontale dans le lit ; cette poſture ne peut être gardée long-tems ſans qu'ils en ſoient incommodés & expoſés aux accidens dont nous avons parlé plus haut. C'eſt pourquoi, lorſque le malade en a la force, il convient de le tenir de tems en tems ſur ſon ſéant : ce changement de poſition produit ſouvent de fort bons effets ; il ſoulage la tête en ralentiſſant la vîteſſe avec laquelle le ſang arrive dans le cerveau.

Dès que les premiers accidens ſont paſſés, que la coction des humeurs paraît ſe faire, que la tumeur inflammatoire prend la voie de la réſolution

(& quand bien même elle tournerait à la ſuppuration) alors il y aurait du danger de laiſſer le malade plongé dans un repos profond, & un danger encore plus grand de le laiſſer enſeveli dans ſon lit.

Il eſt d'expérience que les malades reçoivent un très-grand ſoulagement lorſqu'on les tire de leur lit le matin; & cela par la raiſon que plus leur complexion eſt délicate, plus ils ſont affaiblis par la maladie, & moins le ſéjour dans le lit, hors le tems du ſommeil, leur eſt profitable. En un mot, le repos trop prolongé énerve les ſolides & fait ſtagner les humeurs; & les forces & l'action vitale, ſi néceſſaires à la guériſon, ne peuvent ſe rétablir par l'inaction.

Le renouvellement de l'air de la chambre où les malades ont dormi eſt bien eſſentiel, mais il ſerait d'un faible ſecours, ſi on laiſſait le corps entre les draps & ſous les couvertures imprégnées de l'humidité de la ſueur & de la tranſpiration,

Nous avons dit dans notre premiere partie, que les influences douces de l'air du matin donnaient du reſſort aux fibres, & qu'elles préparaient aux grandes évacuations. Elles ſeront plus promptes & plus faciles, quand le corps aura changé de lieu & ſe ſera procuré une athmoſphere nouvelle.

Cette attention à faire ſortir du lit les malades, eſt de la plus grande utilité dans le traitement des fievres putrides & de l'éréſipelle, ſur-tout de celui qui attaque la tête, & pour lequel il ſuffit de garder la chambre ſans forcer le malade à reſter au lit.

Un autre inconvénient du trop long ſéjour dans le lit, pour les maladies mêlées de putridité, c'eſt que la tranſpiration, la moiteur & les ſueurs qui ſont alors plus fréquentes & plus copieuſes, refluent néceſſairement vers les malades, par l'application des couvertures qui les enveloppent, & qu'il en repaſſe une partie dans la maſſe du ſang,

par les pores abſorbans ; ce qui aggrave d'autant plus la maladie.

Sydenham (1) louait beaucoup la méthode de faire ſortir du lit les malades, & de les tenir levés quelques heures dans le jour. Il la regardait comme le meilleur moyen d'abattre la fievre, de diminuer le mal de tête & les rêveries. Cependant il faudrait éviter de les faire lever pendant qu'ils auraient des ſueurs de nature à les ſoulager ; mais ſi-tôt que leur état le permet, il convient d'en profiter & de les changer même tous les jours, s'il eſt poſſible, & de linge & de lit.

Je ſais que cette méthode ſouffre des contradictions, & j'en ai même éprouvé quand j'ai voulu en faire uſage. On héſite, on craint de tirer un malade du

---

(1) *Si æger quotidiè lecto abſtineret, ſaltèm ad horas aliquot, vel ſi id vetaret major ejus debilitas, veſtes ſaltèm indueret, & ſuprà lectum cubaret, capite paulò elatiori, nullis ſtragulis tectus, ut grato hoc refrigerio nimiùs ardor compeſceretur,* Sydenham, ſ. 5, cap. 11.

lit ; on préfere de le laiſſer dans des linges & des draps ſales, chargés de corruption, & qui ſont capables de donner un caractere de malignité à ſa maladie. Mille gens, qui ſont les entendus, nous repréſentent que le malade eſt trop faible, & que c'eſt vouloir diminuer encore ſes forces, les anéantir tout-à-fait que de le changer. Inſenſés ! il faudrait qu'il fût preſque mourant pour ne pas ſoutenir l'opération que nous vous conſeillons pour lui. Suivez-la ſans baſancer, & vous verrez qu'en affaibliſſant ſes forces pour le moment, elle les augmentera le moment d'après, & qu'elle diminuera ſur le champ ſon malaiſe.

Nous ne dirons rien ici ſur la maniere de ſoigner les malades dont il s'agit, dans le déclin de leur maladie ; leur convaleſcence étant un état de faibleſſe & de langueur, qui exige les ſecours du mouvement, nous renvoyons cet objet à notre ſecond Chapitre.

N. B. Les détails que nous venons de donner par rapport au repos indiqué dans la cure des fievres & des tumeurs inflammatoires, & ceux que nous allons fournir encore ſur le traitement des fievres éruptives, telles que la petite vérole; tous ces détails, dis-je, ſont un plan de curation auquel nous aurons ſouvent occaſion de renvoyer nos lecteurs. Si nous y changeons quelque choſe, ce ne ſera qu'en raiſon de quelques différences qui pourraient ſe trouver dans les maladies dont il s'agit.

La petite Vérole.

Les Praticiens les plus éclairés ſur la nature de cette maladie aiguë conviennent qu'elle demande peu de remedes, & le plus ſouvent point du tout; ils font plus de cas des ſecours diététiques, & particuliérement de ceux du repos & du mouvement rare & modéré, ſuivant la nature des accidens.

Ces ſecours, ſi on ne les regarde que

comme acceſſoires, ſecondent merveilleuſement les antiphlogiſtiques proprement dits, & par ce concours heureux, le malade ſe ſauve d'une maladie dangereuſe & terrible qui l'aurait infailliblement conduit au cercueil.

La petite vérole s'annonce ordinairement par un friſſon, après lequel la fievre prend tout d'un coup le caractere d'une fievre aiguë plus ou moins vive, ſes ſymptômes ſont les mêmes que ceux de la fievre en général; mais leur intenſité eſt quelquefois plus grande, il y a plus de mal de tête, plus d'aſſoupiſſement, plus de chaleur, plus d'éréthiſme, &c. c'eſt le tems de l'invaſion. Cet état, comme celui de l'éruption, préſente l'indication de modérer ou d'entretenir l'ébullition du ſang, de ſorte qu'elle ne ſoit ni trop violente, ni trop faible.

Et quand même la fievre ne ſerait pas conſidérable, le malade doit au moins ſuſpendre ſes travaux & ſes exercices

ordinaires, pour prévenir l'intenſité de la fievre qui ne manquerait pas de s'allumer à ſon plus haut degré. S'il était trop accablé, il vaut mieux que le malade garde le repos dans le lit, pour calmer la grande effervescence qui accompagne ſouvent les petites véroles confluentes. Alors il faut prendre garde de ne point trop le charger de couvertures, ſur-tout ſi c'eſt en été, & obſerver également de le préſerver des rigueurs du froid; car rafraîchir en hiver un homme qui va eſſuyer une maladie dangereuſe, lui glacer pour ainſi dire le corps, en l'expoſant à l'air, ſerait moins le fait d'un Médecin prudent, que celui d'un Empirique téméraire: *Medio tutiſſimus ibis.*

Cependant le repos dans le lit ne pourrait être gardé long-tems ſans danger pendant la violence de la fievre; le danger ſerait plus grand, ſi le délire ſurvenait: ſymptôme très-fréquent dans la petite vérole. Alors il n'y aurait pas à

balancer pour faire ſortir du lit le malade & le tenir ſur une chaiſe longue pendant le jour pour le rafraîchir.

Qui eſt-ce qui n'a pas remarqué que quand on tire du lit ces ſortes de malades, où ils reſpirent un air de la derniere impureté, un ſentiment intérieur les avertit du bien que leur corps en reſſent; que leurs fonctions ſe font avec plus d'aiſance; que leur eſprit reprend ſa ſérénité & qu'ils paraiſſent tout autres? C'eſt l'air qui produit ces effets, en chaſſant les exhalaiſons impures & irritantes, qui forment comme une eſpece d'athmoſphere autour de leur corps, & qui par leur irritation ſur les houppes nerveuſes de la peau, leur cauſent des inquiétudes & des mal-aiſes: & comme il eſt de regle que l'air & la chaleur de nos humeurs ſe mettent en équilibre avec l'air & la chaleur athmoſphérique, il eſt ſûr qu'on ne peut que porter des entraves au bouillonnement du ſang & à ſa rareſcence, en faiſant lever les malades &

réduire ainſi leurs humeurs à un degré de condenſation convenable.

Cette méthode eſt toujours très-avantageuſe, ſur-tout ſi l'éruption paraît bien diſpoſée : car le piſſement de ſang, les taches de pourpre, la difficulté d'uriner, & les autres ſymptômes mortels viennent le plus ſouvent de ce qu'on fait garder le lit de trop bonne heure ou trop long tems ; & c'eſt ce qui arrive dans la confluente, quand les malades agiſſent autrement, ou que leur repos eſt troublé de la part des choſes extérieures. On doit donc, dans les premiers tems de cette maladie, éviter la chaleur incommode que le poids des couvertures occaſionnerait ; ménager un repos qui deviendrait funeſte, s'il était obſervé trop long tems dans le lit, afin de laiſſer la nature faire petit à petit l'éruption qu'elle médite avec tant d'appareil.

Le tems de la fievre ſuppuratoire n'eſt pas non plus ſans danger pour les ma-

lades qui gardent trop long tems le lit & qui y ſont trop couverts ; car quoique le ſang ne ſoit plus dans un ſi grand tumulte après que la ſuppuration eſt achevée & que la matiere morbifique a été portée à l'habitude du corps, il ne laiſſe pas, dans ce nouvel état qu'il vient d'acquérir, d'être encore très-ſuſceptible des impreſſions d'une trop grande chaleur, d'être facile à s'émouvoir, à s'enflammer, & à fermenter de nouveau. C'eſt la raiſon pour laquelle il vaut mieux que les malades reſtent alors levés quelques heures pendant le jour, ſur-tout ſi c'eſt en été : pourvu qu'ils ne s'exercent pas, qu'ils ſoient logés & vêtus de façon à n'avoir ni trop chaud, ni trop froid, ils ſont à l'abri des accidens qui réſultent de ces deux excès. Par ce moyen, la fievre s'adoucit, la reſpiration devient plus libre, les humeurs ne ſe portent point à la tête, la région des reins ſe rafraîchit, les urines coulent avec plus de

facilité, les émanations putrides qui ſortent du corps du malade, ne ſont point retenues en dedans des linges, mais elles ſe diſſipent à meſure; la maladie devient plus douce, & prend ordinairement une face riante.

Il y a cependant des cas dans la petite vérole où il eſt néceſſaire de laiſſer les malades dans leur lit; mais nous parlons ici d'une violente fievre de ſuppuration & d'une maladie vraiement inflammatoire, dont il faut prévenir les accidens funeſtes que la grande chaleur du lit occaſionne.

Il n'y a que le froid de la ſaiſon, l'abondance de l'éruption, & les ulcérations douloureuſes qui indiquent le repos dans le lit, le jour comme la nuit; mais alors on doit ordonner au malade de changer de place dans ſon lit, & même le retourner ſouvent de jour & de nuit, afin de tempérer la grande chaleur du corps, & de lui éviter les ſueurs qui diſſipent cette moiteur

douce, dont les puſtules ont beſoin pour être détrempées & adoucies ; & ſi l'enflure du goſier ſurvenait & qu'il y eût une ſalivation viſqueuſe, on ſent alors la néceſſité de mettre le malade dans une ſituation verticale.

Un autre ſoin bien important, c'eſt de changer ſouvent les malades de linges, qui dans le tems de la ſuppuration, ſe trouvent d'une puanteur inſupportable par l'effuſion du pus des puſtules crevées, ce qui met les malades dans le plus grand danger, étant enveloppés de pareils linges.

En effet, lorſque les puſtules ſe rempliſſent & entrent en maturité, la partie la plus ſubtile du pus s'exhale & s'attache ſur les linges, qui n'ayant pas été changés juſqu'alors, ſe trouvent imbibés des émanations putrides ſorties du corps depuis le premier moment de la maladie. Ces exhalaiſons continuent juſqu'à ce que les puſtules commencent à ſe deſſécher, elles deviennent alors plus

abondantes, & le corps ſe trouve comme plongé dans un bain de vapeurs purulentes. Il en ſort, outre cela, dans le dernier tems de ce déſſéchement, une matiere plus groſſiere, qui, ne pouvant s'exhaler, reſte ſur la peau, & y forme une croûte épaiſſe, qui obſtrue les pores & s'oppoſe à la liberté de la tranſpiration.

Tout cela poſé, la néceſſité de changer de linge eſt évidente, ſoit pour enlever au corps cette couche de vapeurs putrides où il nage, pour ainſi dire, & dont le plus ſubtil doit être repompé avec l'humidité de la tranſpiration, & porter dans le ſang un nouveau vice d'alkaleſcence; ſoit pour détacher cette partie épaiſſe qui ſe trouve ſur la peau, & qui venant à s'y ſécher, cauſe au malade des inquiétudes plus ou moins grandes, ſuivant la ſenſibilité. Un linge doux, fin, blanchi, ou qui ait été déjà porté, d'une chaleur tempérée, produira ces effets par ſes légers frottemens; cette

cette craſſe détachée, la tranſpiration deviendra plus abondante, & la maſſe des humeurs ſe dépurera.

Lorſque le deſſéchement des puſtules ſe fait, qui eſt à-peu-près le moment de la convaleſcence, il faut ſe conduire à l'égard du malade comme nous le dirons à l'article général des convaleſcens. Il ſuffit ſeulement que nous prévenions ici d'empêcher les malades de courir trop tôt à l'air, parce qu'il peut y avoir encore quelques reſtes de la matiere variolique qui tranſpire, & dont la répercuſſion ſerait dangereuſe.

Ce plan de curation, par rapport au repos indiqué dans le traitement de la petite vérole, ſoit diſcrette, ſoit confluente, pourrait encore ſervir de regle dans la cure de beaucoup d'autres maladies aiguës éruptives, telles que la rougeole, le pourpre, les dartres vives, &c. &c.

Les Contuſions, les Plaies & les Ulceres en général (1).

On ſait que les contuſions & les plaies vont ſouvent enſemble, que la plupart de ces dernieres ſont quelquefois accompagnées d'hémorragies difficiles à arrêter, que lorſque ces ſolutions de continuité ſont conſidérables, les bords s'enflamment & ſuppurent peu de jours après; que la douleur, l'inflammation & la fievre accompagnent ordinairement les grandes plaies, ainſi que les fortes contuſions; enfin que la cure des plaies eſt l'ouvrage de la nature, que l'art peut à la vérité favoriſer, en éloignant tout ce qui s'oppoſe à leur guériſon, tel que le mouvement, & en favoriſant leur réunion par le repos. Or ce repos eſt alors de deux eſpeces,

(1) Nous traiterons, comme nous l'avons promis, des contuſions & des plaies en particulier, dans les trois autres Paragraphes de ce Chapitre.

ſuivant la nature, le lieu & les accidens de la léſion : l'un eſt général à tout le corps, & l'autre eſt particulier ; nous ferons dans un inſtant l'application de ces différences.

1°. Quant au repos général ou parfait, nous avons dit plus haut qu'il était de regle d'avoir recours au repos parfait dans le traitement des maladies aiguës internes, accompagnées d'accidens fâcheux ; il n'eſt pas moins important de le preſcrire dans la cure de celles du reſſort de la Chirurgie, telles que les plaies graves, où le mouvement peut mettre obſtacle à des réunions utiles, ou il peut opérer, ſoit des douleurs, ſoit des irritations, ſoit des frottemens propres à entraîner des réſultats fâcheux, ſoit des déplacemens de parties, qu'il eſt eſſentiel de maintenir dans le lieu qu'elles occupent, ſoit des effuſions dangereuſes de ſang, &c. Or, dans les cas de plaies récentes ou de contuſions fortes, dont on veut obtenir, ou la

réunion, ou la réſolution, le mouvement indiſcrétement employé étant ſuſceptible d'inconvéniens qu'on ne peut ſe diſſimuler, ces inconvéniens offrent eux-mêmes des indications formelles, d'après leſquelles le repos doit alors être preſcrit.

Etant bien convaincu de la néceſſité du repos total du corps, on doit l'être auſſi de la néceſſité de celui de la part des choſes extérieures, c'eſt-à-dire, du repos parfait dans la cure des fortes contuſions & des plaies, ſur-tout lorſqu'il y a hémorragie & qu'on en craint le retour, lorſque la commotion a été générale, ou que la fievre & d'autres accidens les compliquent. Galien étend cette regle à toutes les eſpeces de plaies: *Quidquid in corpore diſſectum eſt, id exquiſitam integramque expoſtulat requiem.* Hipocrate & Celſe preſcrivent également le repos pour la cure générale des plaies & des ulceres : *Quies ergo tanquam ad curationem neceſſaria, præ-*

ſertim ſi magna ſint vulnerata, conferre videtur. Hip. *Optimum enim iſtis, medicamentum quies eſt, moveri enim & ambulare alienum.* Celſe.

En effet le bruit qu'on ferait auprès du malade, & les mouvemens du corps qu'on lui donnerait, ou qu'il ſe permettrait, augmenteraient l'intenſité des accidens, occaſionneraient des métaſtaſes, la réſorbtion de la matiere purulente, le délire, &c. Dans la cure des plaies conſidérables, comme dans celle des maladies aiguës internes, le repos total du corps étant long-tems continué, eſt ſuſceptible des inconvéniens dont nous avons déjà parlé & que nous aurons occaſion de développer davantage. Ces inconvéniens du repos trop prolongé ne peuvent être prévenus ou corrigés que par le mouvement qui eſt alors indiqué, & dans ce cas il ſuffit, comme nous l'avons dit plus haut, de faire ſortir du lit les malades, & de les faire repoſer ſur une chaiſe longue,

uniquement pour les changer de ſituation ; mais on ne doit tenter cette eſpece de mouvement, qu'après la ceſſation des premiers accidens : mais s'il était contr'indiqué par la nature & le lieu de la plaie, ou par la faibleſſe du bleſſé, on pourra y ſuppléer par l'uſage des frictions ſeches ſur toutes les parties ſaines du corps, afin de détourner les humeurs qui ſe portent facilement à la partie bleſſée.

2°. Pour ce qui concerne le repos particulier ou local, ſi l'eſpece de plaie eſt ſans accidens ou trop peu conſidérable, pour aſſujettir le malade au repos parfait du corps, au moins celui de la partie affectée eſt-il indiſpenſable, puiſque les plaies ne peuvent ſe réunir que par un contact immédiat & permanent, qui donne lieu au ſuc nourricier de les coller enſemble & de former la cicatrice extérieure qui complette la cure.

Or, le mouvement de la partie bleſſée, bien loin de concourir à ces effets ſalu-

taires, ne pourrait que les contrarier, en détruisant les unions déjà commencées au-dessous du lieu où doit se faire la cicatrice; en mettant obstacle à l'épaississement nécessaire des sucs gélatineux qui doivent la former; & en la détruisant, lorsqu'elle n'est pas parvenue à son degré de solidité : d'où il suit que cette précaution, c'est-à-dire, celle du repos local, doit même s'étendre par-delà le tems où la cicatrice est complettement faite; dans les cas où les parties musculaires qui sont placées au-dessous, seraient exposées à des mouvemens fréquens : on doit, dis-je, la pousser d'autant plus loin, que l'on s'appercevrait que ces mêmes parties auraient eu part au désordre.

Au reste l'on sent assez qu'en proscrivant le mouvement dans cette circonstance, nous n'entendons pas parler de celui qui, donné à un membre, ou à telle partie du corps, peut laisser dans un état de repos les parois d'une plaie

ou d'un ulcere qui ſe trouveraient dans cette étendue ; mais plutôt l'eſpece de mouvement qui, s'exerçant ſur la partie léſée, détruirait les moyens de cohéſion.

§. II.

Les Maladies internes & externes de la tête.

Nous ne parlerons pas ici des contuſions & des plaies légeres qui ſe bornent aux tégumens de la tête & du viſage ; le repos ou le mouvement alternatifs, mais modérés, ſont indifférens pour leur cure ; mais les chûtes & les coups à la tête, même ſans ſolution de continuité, qui intéreſſent les parties internes, peuvent cauſer au cerveau un ébranlement, une commotion ; maladie ſuivie des plus terribles accidens, ſans même qu'il y ait ni fracture, ni enfoncement au crâne. L'inflammation, l'éréſipelle, le vomiſſement, l'hémorragie, la ſyncope, l'apoplexie, l'obſcurciſſement de la vue,

l'ophtalmie, la fievre, le délire, les convulsions, la paralysie, &c. sont des accidens qui arrivent quelquefois dans l'instant de la blessure, quelquefois peu de jours après, & souvent même plus tard; ces accidens, dis-je, nous montrent assez l'indication du repos parfait, puisque, par le peu d'attention de la part du Chirurgien, ou par la désobéissance des malades à garder le plus grand repos, ces plaies qui ne seraient pas mortelles par leur nature, peuvent changer au point de le devenir.

Quand bien même, après le coup reçu, & la plaie manifestée, il ne paraîtrait aucun des accidens dont nous venons de parler; quand même le blessé aurait le pouls égal, le sommeil tranquille, l'appétit bon, il ferait néanmoins très-prudent de lui faire garder le repos: la raison, c'est que cet état, si propre à en imposer, cache quelquefois un épanchement de sang sous les os du crâne, qui pourrait faire périr

le bleſſé : à plus forte raiſon, ſi ces accidens ſubſiſtent, faut-il obſerver ce repos abſolu de la part des choſes extérieures, & prévenir tout ce qui ſerait capable d'exciter les mouvemens de la tête, tels que les ſternutatoires, les odeurs, la fumée; à moins cependant que, par une indication particuliere, on eût l'intention de produire des ſecouſſes violentes pour ranimer l'état de ſtupeur des ſolides (1).

Ainſi le bleſſé doit être dans la plus parfaite tranquillité; la compagnie, le bruit, tout ce qui peut affecter ſes ſens ou troubler ſon imagination, étant capables de porter le déſordre dans ſon cerveau, & d'augmenter les accidens. Ajoutons que la trop grande lumiere

---

(1) *Quæ non ſolùm corpori univerſo, ſed oculis etiam imperanda eſt, qui ex nimio motu, & copioſo lumine multùm agitatur, & ſpiritus reſolvuntur..... Arcenda ſunt quæ ſternutamenta cient, fumus nempè, odores mali, fœtidi, aut acuti & vomitus, qui vulnerato capiti adverſatur.* Andr. acr. ibid quo ſuprà.

même lui devient nuiſible, & que ſa chambre en conſéquence doit être un peu obſcure, ſans être cependant dans une obſcurité trop profonde, ſoit pour ne pas le jetter dans une mélancolie noire (1), ſoit pour les autres raiſons que nous avons alléguées ailleurs.

C'eſt pour remplir cette indication, ſans doute, que Paré, en parlant des plaies de tête, dit qu'il faut mettre le bleſſé en un lieu de repos & hors du bruit, autant qu'il eſt poſſible, comme loin des cloches & de la demeure des ouvriers dont le métier eſt bruyant, & le garantir du bruit des charrettes. Lorſqu'il était à l'armée, ce qui lui faiſait le plus de peine, c'était qu'à chaque coup de canon l'hémorragie des bleſſés ſe renouvellait; que ceux qui avaient des plaies à la tête en étaient le plus incommodés; que tous les ſymptômes empi-

(1) *Quieſcat æger, in lecto valdè molli, ac humili, & conclavi obſcuro.* Celſ.

raient, & que plusieurs en mouraient plus vîte.

« Je me souviens, dit le Pere de la » Chirurgie Française, que quand j'étais » au château d'Hesdin, à l'heure qu'on » faisait la batterie, le bruit & retentis- » sement de l'artillerie causaient aux pa- » tiens une douleur extrême, & princi- » palement à ceux qui étaient blessés ; » car ils disaient qu'il leur semblait qu'au- » tant de coups de canon qu'on tirait, » autant on leur donnait de coups de » bâton sur leurs plaies : & leur sur- » venait flux de sang par icelles, & fai- » saient grands pleurs & lamentations ; » de sorte que la douleur, la fievre & » autres accidens étaient par telle véhé- » mence grandement augmentés, & la » mort accélérée ».

Fabrice d'Hilden (1) rapporte une observation qui confirme les remarques de Paré. Un jeune homme s'était brisé

(1) Cent. 1, obs. 20, pag. 85.

un des pariétaux ; on avait retiré quantité d'eſquilles ; la fievre, la douleur & tous les autres ſymptômes avaient ceſſé ; tout allait le mieux du monde : le pere de ce malade, contre la défenſe expreſſe de Fabrice, permit à des payſans en débauche de s'approcher de la chambre du bleſſé, battant la caiſſe, jouant de la flûte, danſant, &c. Le ſur-lendemain le malade eut une fievre des plus aiguës, le délire, des convulſions, des nauſées, & il mourut le quatrieme jour ſuivant. La choſe ayant été rapportée au Magiſtrat, on fit payer au pere une groſſe amende.

Cependant il ne ſuffit pas d'avoir pourvu au repos de ces malades & d'en avoir aſſuré le ſuccès, il faut encore diriger la ſituation la plus convenable qu'on doit faire tenir au bleſſé dans le lit. Le tronc & la tête doivent être un peu élevés, pour empêcher que les humeurs ne ſe portent trop à la tête. Il en eſt des plaies de la tête comme de celles de la

jambe, qui doit être élevée à la hauteur du tronc, pour faciliter le retour des liqueurs & prévenir l'engorgement. André de la Croix recommande cette attention : *Vulnus in imâ ſemper, & declivi parte quieſcat, præter illud ſi magnum fuerit, quod in lateribus infligitur; ne quandoque cerebrum procidere poſſet. Reliqua verò talem ſitum expoſcunt, ut excrementa purulentaque materia facilius expurgetur.*

Si la paralyſie ſurvient à l'un des côtés de la tête, il eſt intéreſſant de ne pas laiſſer le malade couché ſur le côté hémiplégique, parce que l'épanchement peut paſſer d'un côté du cerveau à l'autre, & rendre le ſujet paralytique des deux côtés. Valſalva obſerve à cet égard qu'il n'eſt pas indifférent, dans ces circonſtances, de faire coucher le bleſſé ſur un côté plutôt que ſur l'autre, & qu'il eſt au contraire important de le faire tenir ſur le côté non paralyſé, c'eſt-à-dire, ſur le côté de la tête où l'on ſoupçonne l'épanchement. La raiſon de cette préfé-

rence eſt trop ſenſible pour nous en occuper ici.

Les bleſſés étant quelquefois obligés de garder le lit pendant trente, quarante, cinquante ou ſoixante jours, ce long repos peut être nuiſible à l'économie animale. Il faut dans ce cas mettre en uſage les moyens que nous avons indiqués en parlant des maladies inflammatoires, pour combattre les inconvéniens du long ſéjour dans le lit : & lorſqu'on ne peut faire lever les bleſſés, c'eſt le cas d'employer les frictions ſur tout le corps, pour exciter la révolution des matieres qui pourraient ſe porter à la tête, & d'en continuer l'uſage juſqu'à ce que l'état de la bleſſure & les forces du malade lui permettent de ſe livrer à l'eſpece de mouvement que nous indiquerons ci-après aux convaleſcens.

André de la Croix, eſt de l'avis des frictions que nous recommandons ici : *at exercitii loco ut vapores averſionis gratiâ remeantur, leves frictiones, & his par-*

tibus, quæ longiùs à vulnere abſunt, ante cibum, & evacuato ventre commendantur.

Enfin, lorſqu'il ſera tems de donner une nourriture ſolide au bleſſé, on évitera les alimens qui ont beſoin d'être mâchés long-tems. On doit avoir la même attention pour les plaies de la bouche, les fractures de la mâchoire, &c. dont les indications curatives, eu égard au repos, ſont les mêmes que pour les plaies compliquées de la tête, en obſervant de plus, que dans les premiers jours de la maladie, le bleſſé ne doit point parler, *ſilentium habendum.* Mêmes conſidérations pour les plaies du cou, &c.

Des Maladies des Yeux.

Les maladies inflammatoires des paupières & du globe de l'œil doivent interdire abſolument les mouvemens violens du corps & de l'eſprit; tout doit être même dans un repos parfait, pour peu que les accidens ſoient graves;

comme il arrive quelquefois dans l'ophtalmie.

La chambre du malade doit être ſombre, & quand même il n'y aurait qu'un œil malade, les yeux ne doivent pas moins être couverts d'un voile qui, ſans être appliqué immédiatement ſur eux, leur dérobe la lumiere. Enfin le malade doit éviter de regarder le feu & tous les objets éclatans. L'attention de placer la lumiere derriere la tête du malade dans les panſemens, n'eſt pas moins eſſentielle; il faut pareillement lui faire éviter la fumée & tout ce qui ſerait capable de le faire larmoyer, touſſer, éternuer ou vomir; en un mot, on doit le tenir tranquille juſqu'à la ceſſation des accidens.

Il y a même des cas, comme après l'opération de la cataracte par abaiſſement, où l'on ne doit pas permettre au malade, ſur-tout les premiers jours de ſa maladie, de ſe tenir aſſis dans ſon lit, ni même d'en ſortir pour ſatisfaire à ſes

beſoins. On doit auſſi éviter de faire vomir le malade, quand même il y aurait indication de le faire. Une ſecouſſe trop forte peut, en ébranlant le corps vitré, ramener le cryſtallin en devant.

Si les maladies inflammatoires des yeux ſont ſujetes à des retours fréquens, il faut écarter de la vûe tout ce qui pourrait l'affaiblir, & c'eſt ſur-tout à l'égard des enfans que l'on doit prendre ces précautions. On ne doit jamais leur laiſſer fixer le ſoleil, la neige, un grand feu, rien, en un mot, de ce qui peut trop éblouir. Il ne faut pas non plus leur donner à lire des livres mal imprimés ou d'un trop petit caractere. Ne ſait-on pas que les lectures de nuit, à contre-jour, ou au ſoleil, l'uſage fréquent des lunettes de curioſité, comme microſcopes, téleſcopes, &c. gâtent le ſens de la vue? que le deſſin, la peinture perfectionnent beaucoup ce ſens?

De l'Eſquinancie.

Cette maladie ayant le plus ſouvent pour ſymptômes ceux que nous avons expoſés dans les maladies inflammatoires, elle préſente les mêmes indications du repos parfait, ſur-tout ſi les accidens ſéviſſent avec violence, & ſi la fievre eſt forte. La tête du malade doit être plus élevée qu'à l'ordinaire dans le lit, pour faciliter le dégorgement & le reflux des humeurs de cette partie. Ce qui rend ſouvent le mal plus douloureux, c'eſt que les malades gardent dans le lit une ſituation tout-à-fait horizontale. La néceſſité d'avoir la tête élevée ne ſera pas difficile à ſentir, ſi l'on fait attention à l'expérience journaliere. A-t-on le doigt enflammé à l'occaſion d'un panaris, ou d'une épine, ou par telle autre cauſe ? Il n'eſt perſonne qui n'ait éprouvé que la douleur eſt inſupportable quand on laiſſe pendre la main, & qu'il y a un changement notable

& preſque ſubit, lorſqu'on éleve le bras ou ſeulement le doigt. La même choſe arrive dans l'eſquinancie.

Le malade ne doit pas parler, ou qu'à voix baſſe; la parole à haute voix irriterait les parties malades, augmenterait l'inflammation. Il ne doit même pas ſe livrer trop tôt après ſa guériſon à l'action de chanter, de crier ou de jouer des inſtrumens à vent; ces exercices fatigueraient exceſſivement les parties de la gorge qui ſont le ſiege de l'eſquinancie. Le trop long ſéjour du lit eſt également nuiſible à ces malades, comme dans les autres maladies inflammatoires; mais ſi le mal de gorge devenait gangreneux, il faudrait tenir le malade la plus grande partie du tems couché, parce qu'étant bebout, il ſerait ſujet à de fréquentes foibleſſes.

§. III.

Des maladies du Tronc.

Le tronc, & les principaux viſceres qu'il renferme, ſont expoſés à des contuſions & à des accidens très-graves, qui réſultent d'une ſorte de commotion, d'un ébranlement vif qu'ils éprouvent, à la ſuite d'un choc reçu dans une partie, ſouvent très-éloignée de la cavité de la poitrine ou du bas-ventre; comme quand on tombe ſur les pieds, ſur les genoux ou ſur le ſacrum, ou à la ſuite d'un violent exercice actif ou paſſif; d'autrefois par un coup de pierre ou de bâton; ou enfin, lorſque le corps ſe trouve ſerré, froiſſé dans une foule, ou entre un char & une muraille, &c.

Toutes les fois que quelques-unes de ces cauſes ont eu lieu, il peut s'enſuivre un vomiſſement, un crachement ou un piſſement de ſang, des ſincopes pouſſées au plus haut degré, des per-

tes ; l'avortement & ſes ſuites ; des hernies inſtantannées, ou la chûte d'une ancienne. Si la contuſion des viſceres eſt conſidérable, leurs vaiſſeaux étant briſés, l'épanchement aura lieu ; ou ſans épanchement, ces vaiſſeaux perdront leurs forces, le ſang croupira ; & ſi les viſceres étaient déjà affectés auparavant, quels déſordres ces nouveaux accidens ne porteront-ils pas dans l'économie animale ? Enfin ſi la moelle épiniere a ſouffert de la commotion, de-là la paralyſie des extrêmités inférieures, &c.

On apperçoit aſſez que les indications curatives ſont à-peu-près les mêmes que dans les maladies précédentes, & qu'il faut mettre en uſage tout ce qui peut calmer la douleur, prévenir l'engorgement & l'inflammation des parties léſées, froiſſées, &c. Or le plus grand & le plus parfait repos doit aller de pair avec les ſaignées, le régime, & tous les remedes généraux convenables dans ces cas ; il doit être de la même

nature & ſoumis aux mêmes regles que celles que nous avons établies pour la cure des maladies aiguës en général, & que nous établirons encore pour d'autres maladies de la poitrine & du bas-ventre, à-peu-près ſemblables.

Si le bleſſé avait perdu connoiſſance par l'une des cauſes mentionnées plus haut, il faut lui donner le moins de mouvement qu'il eſt poſſible ; éviter ſur-tout de le ſecouer ou de l'agiter, dans la vue de rappeller le ſentiment ; car ce ſerait formellement le tuer, en augmentant l'épanchement, s'il avait eu lieu.

Enfin il faut bien ſe garder de compter les jours qu'on fait paſſer aux bleſſés dans le repos ou même dans le lit ; il vaut mieux outrer les précautions que d'en manquer ; d'autant plus que ſouvent on ne peut pas juger exactement tout le mal, & que le déſordre qui ſe manifeſte d'abord, n'eſt qu'une petite partie du mal réel. Il arrive même aſſez ſouvent

qu'on ne découvre aucun mal les premiers jours, & qu'il ne ſe déclare que lorſqu'il n'eſt déjà plus tems d'y remédier. Tant de malheureux ont été les victimes de leur propre négligence à cet égard, qu'on ne ſaurait fixer aſſez ſur ce point l'attention des perſonnes de l'Art.

Maladies inflammatoires de la Poitrine.

Les maladies inflammatoires de la poitrine, telles que la pleuréſie vraie, la péripneumonie, &c. préſentent les mêmes indications curatives, par rapport au repos, que celles de l'eſquinancie & des fievres aiguës en général, nous ajouterons ſeulement que plus les accidens de l'inflammation ſont graves, & la reſpiration laborieuſe, plus on doit tenir le malade tranquille, dans un parfait repos & le plus à ſon aiſe poſſible. On peut auſſi quelquefois dans la journée,

née, le faire asseoir sur son séant; cette position soulage la tête & facilite la respiration.

Si l'inflammation, au lieu de se résoudre, avait pris la voie de la suppuration, la maladie devenant alors chronique, & le mouvement y paraissant bien indiqué, on en fera l'emploi, comme nous le dirons dans le traitement des maladies chroniques du poumon.

L'Hémophthisie, & les Plaies pénétrantes de la Poitrine.

L'hémophthisie & les plaies pénétrantes de la poitrine méritent trop notre attention pour ne pas nous y arrêter quelque tems.

L'hémophthisie, ou le crachement de sang étant souvent dû aux efforts de la poitrine qu'on fait en chantant, en criant, ou en toussant; d'autres fois aux mouvemens de colere, aux chûtes, aux coups & contre-coups; à l'action vio-

lente des muſcles, pour élever de grands poids; enfin aux courſes forcées : toutes ces cauſes contr'indiquent l'emploi du mouvement & de tout ce qui peut donner de la rapidité à la circulation du ſang. Il en eſt de même à l'égard des plaies pénétrantes de la poitrine, compliquées d'épanchement, ou de fracture des côtes.

Les indications du plus grand repos, à tous égards, & d'une ſituation favorable, ſont donc aſſez poſitives dans la cure de l'hémophthiſie & des bleſſures du poumon, en ce qu'il ne ſaurait ſupporter alors les moindres efforts, parce qu'ils augmenteraient l'extravaſion du ſang, & retarderaient la cicatrice.

Dès l'inſtant de la bleſſure du poumon, & à l'apparition des ſymptômes de l'hémophthiſie, on doit donc tenir le malade tranquille, lui recommander de ne faire aucun effort, lui défendre de ſe livrer à des inſpirations violentes, même de parler, ou du moins de ne

parler qu'à voix baſſe; d'éviter les vapeurs odorantes, capables de le faire touſſer, éternuer; enfin porter la précaution juſqu'à lui interdire les différens mouvemens du tronc. Il eſt certain que plus on calmera le mouvement du ſang, plus il y aura de tranquillité & de douceur dans la reſpiration, moins les muſcles agiront, & plus les côtes, ſi elles ſont fracturées, ſeront dans l'état de repos qui convient à leur réunion.

En effet ne ſait-on pas que ce qui peut renouveller l'hémorragie, lorſque les vaiſſeaux du poumon ont été ouverts par une cauſe externe, doit auſſi produire le même effet, lorſqu'ils le ſont par une cauſe extérieure? Or ſi une artere était ouverte au bras, à la jambe ou ailleurs, on conçoit que rien ne ſerait plus ridicule que d'exciter le bleſſé à donner de l'action aux muſcles qui environnent les vaiſſeaux rompus; que rien ne paraîtrait plus abſurde que de panſer fréquemment ſa plaie.

Cependant dans les plaies de poitrine avec épanchement, où l'hémorragie eſt ſouvent fournie par des vaiſſeaux plus conſidérables, où conſéquemment l'on doit éviter avec le plus grand ſoin les différens mouvemens qui peuvent accélérer & rendre plus forte la réaction des vaiſſeaux ſur les liqueurs, il eſt encore des Praticiens qui regardent la toux, les inſpirations violentes, l'éternuement, &c. comme le moyen le plus ſimple pour faciliter par la plaie, l'iſſue du ſang épanché ; & par la raiſon que l'on peut ſans inconvénient, avoir recours à ces différens efforts dans l'empieme de pus, ils penſent pouvoir également les employer dans les autres cas. L'expérience & les lumieres de la Phyſiologie démontrent évidemment le contraire.

L'indication du repos total du corps & de la voix pendant le traitement des plaies de poitrine & de l'hémophthiſie s'étend encore juſqu'après la guériſon

pour prévenir les accidens conſécutifs. Jérôme Mercuriel, en citant Pline, rapporte que Zozime, ſon affranchi, fut attaqué d'une nouvelle hémorragie, par les efforts qu'il faiſait pour recouvrer la voix.

Pour ſe convaincre de la néceſſité du repos long-tems après la guériſon, & de la contr'indication des exercices actifs, qu'on liſe les Expériences curieuſes faites par M. Hales, & qu'on en faſſe l'application à l'état des hémophthiſiques, on verra combien il eſt dangereux pour ces convaleſcens de faire des exercices violens, ſur-tout des bras; car quand un homme fait quelqu'effort, le ſang doit être lancé dans les poumons avec une force prodigieuſe. La nature de l'hémophthiſie & de ſes accidens préſente ici une exception à la regle générale que nous avons établie plus haut, qui eſt de donner des frictions ſeches ſur tout le corps pendant le traitement, afin de remédier, avons-nous dit, aux incon-

véniens du long repos, & pour ſuppléer au mouvement ſi néceſſaire pour prévenir la ſtagnation des humeurs, rétablir leur cours & réveiller la chaleur naturelle. Ces frictions données pendant la maladie pourraient faire renaître l'hémorragie & retarder la cicatrice des vaiſſeaux léſés. Le ſeul moment où l'on pourrait les employer ſans danger, ſerait lorſque le malade ne crache plus de ſang depuis quelques jours; & dès qu'il ſe ſentira aſſez de forces, c'eſt alors que l'uſage des exercices paſſifs les plus modérés, pris à la campagne, ſont bien indiqués, comme nous le dirons ailleurs pour la cure de l'empieme, &c.

Maladies des Mamelles.

Les contuſions & les dépôts qui ſe forment par la coagulation du lait dans les glandes & dans les conduits laiteux des mamelles, ſont ordinairement accompagnés, dans leur principe, de beaucoup de chaleur, de tenſion & de dou-

leur à la partie, & preſque toujours de la fievre. Le repos ayant été conſidéré précédemment comme un moyen ſalutaire pour calmer la vélocité du ſang, & favoriſer la réſolution des tumeurs inflammatoires, il eſt aſſez inutile que nous diſſertions ici ſur la néceſſité abſolue pour remplir ces indications curatives.

Il eſt cependant une eſpece de mouvement local qu'on pourrait donner aux fluides lactés, lequel ſerait bien propre à prévenir ces dépôts laiteux dans les femmes nouvellement accouchées. Quand on voit qu'ils ſont prêts à ſe former, on pourrait faire tetter la femme par un enfant fort, & qui tire beaucoup. La ſuccion, en donnant un mouvement aux liqueurs engorgées, coagulées, tend à les dégager & à rétablir l'équilibre dans les vaiſſeaux lactés.

Ces maladies dégénérant le plus ſouvent en abcès, & quelquefois en ſquirrhe & en cancer, elles préſentent tou-

jours les indications du repos, ſi ce n'eſt pas de tout le corps, au moins de celui des extrêmités ſupérieures. Arrêtons-nous un inſtant pour faire connaître les inconvéniens du mouvement de ces parties, lorſqu'elles ſont attaquées de ſquirrhe : prenons auſſi cette maladie dans ſa ſource, parce qu'elle nous préſente, ſous ce regard, les indications du mouvement en général. On nous permettra cette digreſſion ſur le mouvement, parce que ces deux objets ſont inſéparables pour donner l'hiſtoire de la curation dont il s'agit, ſuivant les vrais principes.

La cauſe la plus ordinaire des ſquirrhe eſt internes : on la trouve dans la ſtructure des glandes & dans la nature des liqueurs qui y circulent. Ces tumeurs ſont quelquefois le produit des humeurs viciées, qui, en changeant de route par des cauſes qui nous ſont inconnues, ont obſtrué & engorgé les glandes lymphatiques, ou enfin elles ſont occaſionnées par la ſuppreſſion des évacuations ha-

bituelles ou périodiques, telles que les regles chez les femmes. Joignons encore à ces cauſes le repos, la vie ſédentaire, la pareſſe, &c.

Si l'on ſe rappelle ce que nous avons dit des effets du repos trop long tems gardé, on appercevra aiſément l'indication du mouvement en général, mais modéré, pour donner plus de fluidité aux liqueurs & diſſiper ces engorgemens lymphatiques; voilà pour ce qui regarde les indications curatives en général. Examinons celles qui ſont particulieres au ſquirrhe, relativement à ſon ſiege; elles ſont bien différentes, car elles exigent un repos local.

Cette humeur qui n'eſt encore que ſquirrheuſe & indolente, & qui ſerait peut-être toujours reſtée telle, peut dégénérer en carcinome par pluſieures cauſes, & notamment par l'uſage indiſcret du mouvement de la part des extrêmités ſupérieures. Nous avons dit ailleurs que tout exercice conſidéré dans l'homme

qui s'exerce, étoit un mouvement augmenté ; que ce mouvement recevait ſa principale augmentation dans la partie qui agiſſait le plus, & que bientôt il devait s'étendre à toutes les parties, ſuivant les loix de la circulation.

En effet on ne peut mouvoir les bras que les muſcles grands-pectoraux n'entrent en fonction ; & ſoit que la tumeur ſoit adhérente, ou non, les mouvemens muſculaires accéléreront la circulation dans les vaiſſeaux voiſins de la tumeur. Les filets nerveux ſeront froiſſés & tiraillés ; les vaiſſeaux engorgés, que la concrétion ſquirrheuſe preſſe & comprime de toutes parts, ne pourront ſe dilater au point d'admettre, dans le méme tems déterminé, une plus grande quantité de liquide. Alors il ſurviendra une inflammation légere, & de la douleur à la glande ſeulement. Si le malade continue de mouvoir les bras, la chaleur qui eſt le réſultat du frottement actuel des ſolides augmentera; les douleurs devien-

dront bientôt lancinantes & pungitives, la tumeur augmentera de volume, deviendra carcinomateuſe, & de cet état à celui de cancer, il n'y a qu'un pas (1).

C'eſt ce qui arrive à ces femmes attaquées de ſquirrhe indolent, qui portent des corps baleinés ou qui ſe ſerrent trop la gorge; à ces tricotteuſes, & à toutes ces ouvrieres dont le métier exige continuellement les mouvemens des extrêmités ſupérieures (2).

D'où il ſuit que le repos local eſt abſolument indiſpenſable pour rendre le mouvement des humeurs doux, égal & modéré dans le ſquirrhe; que l'endroit affecté ſoit mis à couvert du frottement & de la compreſſion des habits, en le

(1) La friction ſeche, qui ſerait le meilleur remede qu'on pourrait employer, lorſqu'il y a eſpérance de réſolution, exciterait des douleurs plus vives.

(2) C'eſt ce qui a fait dire à Vanſvieten, qu'on ne pourrait jamais employer plus à propos les aumônes publiques, qu'à nourrir ces malheureuſes femmes, qui étant attaquées d'un cancer occulte, ſont néanmoins obligées de travailler pour gagner leur vie.

couvrant d'une peau très-douce & très-molle.

S'il a fallu en venir à l'extirpation de la tumeur cancéreuſe, les indications curatives, eu égard au repos, ſont alors les mêmes que pour les grandes plaies. Et ſi l'on a à traiter un cancer ulcéré, le grand repos du corps ne doit pas être obſervé auſſi ſtrictement; le long ſéjour du lit ſeroit nuiſible, en ce qu'il interrompt le cours des eſprits animaux, & qu'il contribue quelquefois au développement des principes ſcorbutiques. Au reſte c'eſt au Médecin à diriger l'emploi alternatif du mouvement & du repos, eu égard aux accidens, aux forces & au tempérament de la malade.

Maladies du bas-ventre.

1°. De toutes les maladies aiguës qui peuvent attaquer l'abdomen, il n'y en a aucune qui ne ſoit ſoumiſe aux indications du repos & aux mêmes regles de pratique, que les maladies inflamma-

toires, les contuſions ou contre-coups aux viſceres, & les plaies pénétrantes de la poitrine. Ces maladies, lorſqu'elles attaquent l'abdomen, ne different entre elles que par le lieu, & le repos devient pour elles de précepte, comme pour toutes les autres, juſqu'à parfaite guériſon; il eſt inutile par conſéquent que nous entrions dans un plus grand détail à cet égard.

Nous ajouterons ſeulement pour ce qui regarde les plaies de l'eſtomac, que le malade en prenant ſes alimens, ſoit ſolides, ſoit liquides, doit garder une ſituation propre à prévenir leur ſortie par la plaie. Par exemple, ſi la bleſſure eſt à la partie ſupérieure de l'eſtomac, le malade doit ſe tenir aſſis, le tronc droit lorſqu'il les prend & pendant qu'il les digere; & ſi la plaie eſt au grand cul-de-ſac, il ſe tiendra couché ſur le côté droit, &c.

2°. Il eſt encore de regle qu'on ait recours au repos dans la cure des dif-

férentes hernies ſimples ou avec accidens, qu'on vient de faire rentrer par le taxis, ou qui ont exigé l'opération. Car il y aurait la plus grande imprudence de permettre à ces ſortes de malades de ſe livrer trop tôt aux exercices violens qui ſecouent beaucoup les viſceres de l'abdomen, ou à ceux de la voix, dans leur convaleſcence. Tout au contraire, on doit leur recommander de ne pas reſter trop long tems debout, d'éviter l'éternuement, de prévenir les toux violentes & la conſtipation.

3°. Toutes ces indications du repos doivent être auſſi les mêmes, ſans cependant être auſſi ſtrictes, pour la colique néfrétique, & pour les perſonnes ſujettes au piſſement de ſang, occaſionné par le calcul des reins ou de la veſſie. Sydenham, lorſqu'il ſe promenoit vivement, qu'il allait en carroſſe, ou qu'il parlait un peu long tems, urinait le ſang peu de tems après. La raiſon? On la ſent; c'eſt que le mouvement de la voiture, &c. peut

rendre la veſſie plus malade, par l'action de la pierre ſur ſes membranes.

Si le mouvement entraîne des inconvéniens dans le traitement de cette maladie, le repos trop long n'eſt pas moins funeſte, en ce qu'il peut favoriſer la formation de la pierre ou l'augmenter de volume; nous l'avons prouvé ailleurs. On ſe rappelle les expériences de M. Hales, conſignées dans ſon Hæmaſtatique, qui tendent toutes à prouver que les différens degrés de chaleur & de froid qui ſe ſuccedent mutuellement, durciſſent beaucoup certains corps, & que le calcul ou la cauſe premiere de cette maladie, pouvait ſe durcir, & s'était réellement durci bien des fois dans la veſſie, par la chaleur du lit.

S'agit-il de l'opération de la taille? On ſent aſſez que la conduite à tenir à cet égard pour le repos, doit être ſemblable à celle que nous avons indiquée dans la cure des plaies en général.

4°. Le gonflement, l'inflammation des

vaiſſeaux hémorroïdaux, la chûte du rectum (1), la fiſtule à l'anus, préſentent auſſi des indications formelles pour le repos ; ſi ce n'eſt pas celui de tout le corps, au moins celui des extrêmités inférieures & celui de la partie. Or nous entendons par ce repos local, la néceſſité de prévenir la conſtipation, qui donne naiſſance à ces maladies & qui leur eſt ſi nuiſible. C'eſt pourquoi le malade doit reſter au lit le moins poſſible, parce que ſa chaleur augmente la conſtipation. Et pour aſſurer davantage le repos de ces mêmes parties qui ont été affectées, on doit attendre leur parfaite conſolidation, avant que de ſe livrer aux exercices ou aux travaux qui exigent la

(1) J'ai eu occaſion, d'après le conſeil d'un bon Praticien, de guérir des enfans incommodés depuis long tems de la chûte du rectum, par la ſeule attention de les faire tenir de bout, lorſqu'ils voulaient rendre leurs excrémens. En cherchant la raiſon de cette expérience, on la trouve dans la poſition avantageuſe des inteſtins que cette attitude procure.

ſituation d'être aſſis long-tems, tels que les Cordonniers & les Tiſſerands. J'ai vu un Artiſan de cette derniere eſpece, auquel j'ai aidé à faire trois fois l'opération de la fiſtule à l'anus, dans l'eſpace de deux ans. Je ſuis d'autant plus convaincu qu'il devait ſes deux dernieres attaques à ſon travail, qu'il reprenait trop tôt après ſa guériſon, que nous lui conſeillâmes d'y renoncer, & que la fiſtule n'a plus reparu depuis. Occupons-nous un moment des parties de la génération dans les deux ſexes.

1°. Pourrait-on méconnaître l'efficacité du repos dans les chûtes de matrice dans les engorgemens inflammatoires des teſticules, du prépuce & du canal de l'uretre ? Il eſt d'expérience journaliere, que la promenade, l'exercice du cheval (1), le mouvement de la voi-

(1) *Equitantes aſſiduè libidiniſiores evadere, quoniam genitalia continuâ attrectatione motioneque incaleſcentia ſpiritum concipiunt, ſicque coeundi cupiditas inducitur.* J. Mercurial. ibid. quò ſuprà.

ture, l'action même de se tenir debout, sont autant d'exercices plus ou moins nuisibles pendant la cure de la gonorrhée, & même quelque tems après sa guérison? La compression en effet, le frottement & les secousses auxquelles toutes ces parties & les voisines sont exposées pendant le cours de ces exercices, tendent à y exciter de la chaleur, des érections involontaires & fréquentes, l'inflammation, la dysurie, la stranguerie, le gonflement des testicules, l'augmentation, & d'autres fois la suppression de l'écoulement virulent, ou à le faire renaître après la guérison de la gonorrhée. En voilà bien assez pour forcer le malade à observer le repos, & même à garder le lit, pour peu que l'inflammation soit violente.

Cependant le long séjour du lit & la situation horizontale ont aussi leurs inconvéniens & leurs dangers, parce que la chaleur du lit augmente l'inflammation, les érections & les douleurs. C'est pour-

quoi le malade doit prendre, hors du lit, le repos qui lui eſt indiqué, & avoir le ſoin de porter un ſuſpenſoir pour ſoutenir le ſcrotum, les teſticules & la verge : c'eſt un des meilleurs moyens acceſſoires pour calmer & prévenir l'inflammation & l'engorgement des vaiſſeaux lymphatiques, & la métaſtaſe de l'écoulement virulent dans les teſticules. La prudence veut même qu'il porte ce ſuſpenſoir pluſieurs ſemaines après ſa guériſon.

2°. Il ſuffit de ſe rappeller la ſtructure des parties naturelles de la femme, & de réfléchir un peu ſur les faits de pratique, pour appercevoir que dans les maladies aiguës qui affectent ces parties, il eſt abſolument néceſſaire de ſatisfaire à l'indication du repos, même le plus parfait. Voilà pourquoi on a l'attention, dans la trop grande abondance des regles, tant par la durée de l'écoulement que par le flux exceſſif, dans les hémorragies accidentelles de la matrice, dans les

pertes de ſang exceſſives, qui ſuivent les couches, &c. de tenir la malade couchée horizontalement, & la téte baſſe, dans un lit plutôt dur que mollet (1), ou ſur une chaiſe longue qui ait beaucoup de fond (2), & que non ſeulement on lui impoſe une immobilité preſque totale, mais encore un ſilence abſolu.

Les gens de l'Art ont beau conſeiller le plus grand repos dans cette occaſion, les gardes-malades ne rempliſſent jamais qu'à demi leurs intentions. C'eſt pourquoi l'on devrait entrer dans les plus petits détails avec elles, juſqu'à leur recommander de faire prendre à la malade les bouillons & les remedes ſans la ſoulever. En un mot il faut regarder une femme en cet état à-peu-près comme une perſonne ſaignée à qui on n'aurait point fait de ligature. Pour que la veine piquée

---

(1) Pour prévenir les mauvais effets de la trop grande chaleur du lit.

(2) Afin que les pieds de la malade ne puiſſent poſer à terre.

ſe reprenne, & que les levres de la plaie ſe réuniſſent, il faut que le bras ſoit en repos; à plus forte raiſon en faut-il pour la matrice, où le ſang afflue par habitude & ſans réſiſtance. La malade doit reſter couchée ſur le dos, parce que la matrice ſouffre moins en cette ſituation que ſi elle était couchée ſur le côté; elle ne doit pas non plus ſe mettre ſur ſon ſéant, ni parler, rire, crier ou chanter; parce que le diaphragme & les muſcles du bas-ventre donneraient des ſecouſſes légeres, à la vérité, mais toujours nuiſibles à la matrice. Ce qui importe encore plus, c'eſt qu'on doit éviter avec le plus grand ſoin tout ce qui peut troubler le repos du corps & de l'eſprit, & éloigner la malade de tout bruit.

Au mois d'Octobre dernier, je donnais mes ſoins à une femme d'un caractere fort ſenſible, d'un tempérament ſanguin & replet, qui avoit une perte de ſang. Le parfait repos, & les autres moyens connus furent employés avec ſuccès.

Depuis trois jours la perte étoit ceſſée, lorſqu'elle reparut tout-à-coup avec violence, au bruit du canon de l'Amirauté de Dunkerque, à l'occaſion des réjouiſſances pour la priſe de l'Iſle de la Grenade. Il m'eût été difficile de faire garantir la malade des effets d'une telle commotion, quoique je l'euſſe cependant prévenue, afin d'en diminuer l'effet. Je mis tout en uſage pour calmer les nouveaux accidens que la frayeur & le bruit avaient cauſés. Ce fut l'affaire de quelques jours pour faire ceſſer totalement la perte. Mais à peine cette femme fut-elle rétablie, que ſa perte reparut plus fort que jamais, & la convaleſcence devint très-longue. Son dernier accident avait été produit par des coups de piſtolets que des enfans avaient tirés ſous les fenêtres de la malade.

Cette obſervation prouve juſqu'à la derniere évidence la néceſſité d'éloigner ces ſortes de malades du bruit ; elle confirme encore les remarques faites

à l'occaſion des plaies de tête, par Ambroiſe Paré, & Fabrice d'Hilden, que nous avons rapportées plus haut.

§. IV.

Maladies des extrêmités.

Les parties molles & dures des exrêmités ſont expoſées à des fractures, à des plaies, des ulceres, aux tumeurs inflammatoires, aux anévriſmes, & aux accidens qui en ſont les ſuites; & leurs articulations aux diſtentions des ligamens articulaires, aux foulures, aux entorſes, aux luxations, à des gonflemens, à des contuſions, à des chocs, ou contre-coups, à des maladies inflammatoires, &c. qui peuvent produire des déſordres de toute eſpece.

Si nous voulions entrer dans le détail de toutes ces maladies, pour les indications du repos, particulieres à chacune d'elles, nous ſerions infinis. Nous nous contenterons de les généraliſer, mais de

maniere qu'on en puiſſe faire aiſément l'application aux cas particuliers.

Perſonne ne peut révoquer en doute que, dans la cure de toutes ces maladies aiguës, le mouvement, indiſcrettement employé, ne produiſe des douleurs capables d'augmenter l'irritation, le gonflement & l'inflammation, qui ſont aſſez ſouvent la ſuite des premiers déſordres; que le repos ſe préſente comme le moyen de guériſon le plus efficace que la nature puiſſe nous fournir dans une pareille circonſtance, qu'il doit alors d'autant mieux mériter notre confiance que rien ne peut le ſuppléer. Car tout l'art doit conſiſter à calmer ces douleurs, à combattre l'irritation & le gouflement des parties, & à prévenir l'inflammation & les dépôts funeſtes qu'elle peut occaſionner.

Et ſi ces maladies menacent d'accidens, tels que la fievre, le mal de tête, l'inſomnie, le délire, les convulſions; s'il y a eu hémorragie, &c. c'eſt alors que le plus grand repos de la part des choſes

ſes extérieures eſt indiqué, & qu'il doit être obſervé très-ſcrupuleuſement, ſuivant les regles établies plus haut.

Nous obſerverons qu'il n'eſt pas néceſſaire, & qu'il y aurait peut-être du danger de preſcrire le repos du corps entier pendant tout le tems de la guériſon des maladies aiguës des extrêmités ſupérieures, quand elles ne ſont pas compliquées d'accidens graves; car on ſait qu'elles ſont en général moins fâcheuſes que celles qui affectent les parties inférieures, ſuppoſant la léſion égale. On ſentira cette différence, ſi on fait attention que le retour du ſang ſe fait plus aiſément au bras qu'à la jambe; parce que celle-ci ſupporte le poids du corps, au lieu que le bras peut être ſoutenu par l'écharpe (avantage que la jambe ne peut recevoir que du lit); & qu'outre le volume du ſang qui circule dans les extrêmités inférieures, la difficulté du retour de ce même ſang l'oblige à remonter contre ſon propre poids: raiſon aſſez forte pour

ſatisfaire à l'indication d'une ſituation méthodique de la partie malade, pour aſſurer davantage le ſuccès du repos (1).

Rien de ſi facile que de prévenir les inconvéniens du repos de tout le corps dans la cure des maladies aiguës des extrêmités ſupérieures, puiſqu'étant miſes en ſituation convenable, la guériſon peut également ſe faire ſans qu'on ſoit obligé de tenir le reſte du corps en repos. Ainſi lorſque le tems des premiers accidens eſt paſſé, c'eſt alors qu'on peut permettre au bleſſé de reſter aſſis dans ſon lit, pour prévenir & diminuer la gêne de la ſituation horizontale du corps; &

(1) Une écharpe mal miſe, qui laiſſerait la main pendante & qui ne la ſoutiendrait pas, de façon qu'elle fût un peu plus haute que le coude, donnerait lieu à l'engorgement édémateux de la main. On ſait encore que le pus le plus louable eſt ſuſceptible de ſe putréfier par la chaleur naturelle, & de s'atténuer par le ſéjour & la ſtagnation, d'où naiſſent les clapiers, les fuſées, les ſinus fiſtuleux, &c. ce qui n'arriverait pas, ſi l'on donnait une ſituation méthodique à la partie malade qui eſt en repos.

lorſque l'état de ſes forces lui permettra de ſe lever & de marcher, il ſera fort utile de lui laiſſer prendre cette eſpece d'excercice modéré, ayant l'attention de mettre le bras en écharpe, & de faire en ſorte qu'il ſoit à l'abri des grands mouvemens.

Si au lieu de tenir ces bleſſés à une diete ſévere & enſevelis dans le lit, on leur permettait de ſe promener, ſous la condition que nous venons d'impoſer, qu'on leur donnât à manger ſuivant leur état, & qu'on attendît dans cette poſition les événemens, je ſuis perſuadé qu'on verrait moins de ces malades languir des mois entiers dans le lit, tomber dans un état de maigreur & d'épuiſement, cauſé par d'abondantes ſuppurations. Car il eſt trop ordinaire de voir dans les Hôpitaux de ces ſortes de malades chez leſquels il ſe développe, par l'inaction, un principe ſcorbutique, des cours de ventre, une fievre qui les épuiſe quelquefois ſi fort, qu'ils deviennent

alors ſans reſſource ; au lieu que ſi on leur preſcrivait la promenade modérée, l'eſpace de deux heures par jour, à différentes repriſes, on leur procurerait par-là, l'occaſion de reſpirer un air plus pur, dont l'influence ſerait très-avantageuſe pour l'économie animale ; l'on préviendrait les ſuites fâcheuſes d'un repos trop long dans le lit. Si nous inſiſtons à recommander le mouvement du corps dans la cure des bleſſures les plus graves, après la ceſſation des premiers accidens, c'eſt qu'à ſuppoſer que par leur nature il fallût en venir à l'amputation, elle ſerait plutôt praticable avec des eſpérances de ſuccès. On nous objectera peut-être qu'un bleſſé n'a ſouvent pas aſſez de forces pour ſe ſoutenir ? D'accord : mais quoi de plus facile que de le faire marcher, en lui donnant des aides !

Pour mieux démontrer encore l'abus du trop long ſéjour dans le lit, faiſons une réflexion qui s'étendra généralement

ſur le reſte de cet Ouvrage. Il en eſt de nos corps comme du fer qui s'uſe étant employé, mais que la rouille uſe bien davantage. Jamais le mouvement n'a rendu les membres perclus, & le trop long repos produit tous les jours cet effet en une infinité d'occaſions.

Si l'on réfléchit qu'il y a dans l'eſpace où s'articulent les extrêmités des os, une liqueur ſinoviale propre aux mouvemens des articulations, & que lorſque cette humeur vient à étre ou trop abondante, ou trop viſqueuſe, elle eſt plutôt un obſtacle qu'un aide au mouvement dont il s'agit; que la partie alors devient lourde, peſante, & ſans action; que les muſcles & les ligamens ſe roidiſſent, & que cette viſcoſité eſt telle quelquefois, qu'elle va juſqu'à la concrétion, accident qui arrive preſque toujours & très-promptement dans un goutteux, s'il ne marche pas; dans un bleſſé, ſi on ne remue pas ſon membre forcé au repos pour ſa guériſon, &c. &c. ſi l'on

réfléchit à tout cela, dis-je, on conviendra ſans peine que l'abondance de la ſinovie, l'ankiloſe, la ſtagnation des humeurs, leur dépravation, l'inertie des ſolides, leur débilité, & tous les accidens détaillés plus haut ſont les effets néceſſaires du trop long repos; & que l'indication de faire ſortir du lit & de promener les bleſſés, aux extrêmités ſupérieures, ſur-tout quand leur guériſon eſt lente, doit être réputée en Chirurgie, d'une néceſſité abſolue.

Lorſque ces mêmes maladies aiguës attaquent les extrêmités inférieures, elles ſont beaucoup plus fâcheuſes, & leur cure exige un plus long repos que pour celles qui affectent les parties ſupérieures. Ce repos forcé pour la guériſon, entraînant après lui des inconvéniens très-funeſtes, & pour le corps en général, & pour la partie malade, c'eſt ce qu'il faut examiner, ainſi que les moyens d'y remédier.

Qui n'a pas remarqué qu'à la ſuite

non seulement des grandes plaies & des fractures des extrêmités inférieures, mais encore des plaies de la tête, dont la cure est longue, des maladies aiguës du tronc, de la paralysie, des douleurs cruelles de la goutte, du rhumatisme, &c. qui n'a pas observé, dis-je, que tous ces malades, accablés par les douleurs atroces, tombent bientôt dans une espece d'insensibilité & d'assoupissement, qui ne leur permet ni de sentir ni de se plaindre des mal-aises du corps qu'ils éprouvent ?

Tout le poids du corps pressant le côté sur lequel le malade est couché, il survient bientôt des accidens aux endroits où les os font saillie, principalement au coccix : la pression que ces parties éprouvent est bientôt suivie de l'inflammation, de la gangrene, si l'on n'y prend garde. Ces accidens arrivent par la mal-propreté des linges, par l'humidité des déjections putrides, qui irritent & écorchent la peau. Ajoutons à ces accidens sensibles, ceux dont nous

avons fait l'énumération, en parlant des mauvais effets du repos & de la ſituation horizontale du corps long-tems continués.

Le remede à tous ces inconvéniens, nous l'avons déjà donné d'après M. Hales. C'eſt de changer ſouvent le malade de ſituation, afin d'éviter la formation de la pierre ; c'eſt de lui ſauver la compreſſion des parties par le même moyen, ou par d'autres équivalens ; c'eſt encore en mettant ſon corps à nud ſur des alaiſes très-douces & très-ſeches ; enfin de le changer ſouvent de linge, pour lui éviter les fâcheux effets de la tranſpiration, & de l'humidité des déjections putrides. Ambroiſe Paré, qui avait été ſouvent témoin des accidens dont nous avons parlé, employa ces deux derniers moyens pendant le traitement de ſa fracture (1).

Cependant tous ces moyens ne ſeraient pas ſuffiſans pour rétablir les forces

(1) M. Petit, dans ſon Traité des Maladies des Os, dit qu'on ne peut trop exhorter les Chirurgiens qui

des bleſſés, pour donner de l'énergie aux ſolides, de l'activité aux humeurs ſtagnantes & ranimer l'action vitale ſi néceſſaire à leur guériſon ; il faut encore, comme nous l'avons dit ailleurs, les tirer quelquefois de leur lit, & les tranſporter ſur une chaiſe longue d'un appartement dans un autre, à moins qu'il ne s'agiſſe d'une fracture, dont on craindrait de déranger les os : ce qu'on pourrait prévenir, en agiſſant avec précaution. Et qu'on ne s'imagine pas, comme on l'a cru long-tems, qu'il faut, dans la cure de ces maladies, que les bleſſés reſtent des cinquante ou ſoixante jours au lit, couchés ſur le dos, c'eſt une erreur dont on s'eſt enfin détrompé.

ſeront chargés de la cure de ces bleſſûres, de tenir toujours leurs malades le plus proprement poſſible, de les viſiter ſouvent, d'obvier à leurs beſoins, & d'écouter patiemment leurs plaintes. Ces préceptes ſi intéreſſans, on les trouve dans Hipocrate : *Meminiſſe etiam debemus exulcerari ejuſmodi partes, ſi diù in eodem habitu perſeverent, & ægerrimè ad ſanitatem poſtea perduci.* Tractat. de fractur.

On pourra donc très-bien, au bout de trois ſemaines (tems auquel le cal a déjà une ſorte de ſolidité) tranſporter le malade ſur une chaiſe longue; ou, ſi l'on n'oſe abſolument ſe permettre ce changement, donner au membre fracturé une poſture dans laquelle il ſerait un peu plié : c'eſt la poſition dans laquelle tout animal tient ſes membres quand il dort ou qu'il repoſe, & dans laquelle le plus petit nombre de muſcles eſt tendu. Par ce moyen le bleſſé obtiendra plus de commodité de changer de place dans ſon lit, & de prévenir par-là l'excoriation des parties ſaillantes (1).

Enfin les frictions ſeches ſur tout le

(1) Voyez la Nouvelle Méthode de traiter les Fractures & les Luxations, traduite de l'Anglais de Percival Pott, par M. Laſſus. Ce petit Ouvrage combat vivement les préjugés qu'on a ſur la néceſſité apparente de tenir les fracturés dans leur lit pendant toute la cure; il indique les ſituations les plus convenables pour diminuer la gêne que l'immobilité du corps donnerait au malade. Le Traducteur l'a enrichi de Notes intéreſſantes, & qui donnent de la confiance aux moyens propoſés par l'Auteur.

corps peuvent éminemment remplir les indications de ranimer l'action vitale.

Mais il ne ſuffit pas d'avoir porté notre attention ſur les heureux effets du changement de ſituation relativement au tronc; les extrêmités ſupérieures & inférieures étant bleſſées gravement, & reſtant longtems dans la même place, ſont encore expoſées à des accidens non moins fâcheux. Car, outre que l'immobilité des articulations peut produire de la roideur dans les muſcles & les ligamens, & par la ſuite l'ankiloſe, le prurit de la partie malade eſt de plus un accident très-commun dans les fractures, & la douleur qu'il cauſe eſt bientôt ſuivie d'inflammation & d'ulcération, ſi l'on n'y remédie. Ces démangeaiſons excitent quelquefois les bleſſés à remuer involontairement leurs membres; ce qui peut déranger les pieces d'os fracturés.

Cet accident arrive d'autres fois par la faute des bleſſés, à ceux qui ont pris l'habitude de s'aſſeoir trop tôt dans leur

lit. Il eſt important de leur défendre cette ſituation juſqu'au moment où l'on croira qu'il n'y a plus rien à craindre, parce qu'étant aſſis, ils ne peuvent s'empêcher de faire quelques mouvemens des bras ; ceux-ci déterminent les mouvemens du tronc, & par ſucceſſion les muſcles des extrêmités inférieures entrent en contraction, ce qui peut déranger les pieces fracturées, cauſer de la douleur, &c.

La multitude des bleſſés dans un hôpital eſt ſouvent cauſe que l'on ne peut tout prévoir; auſſi remarque-t-on que ces accidens ſont plus fréquens dans les hôpitaux qu'ailleurs, à cauſe de la malpropreté qui y a donné lieu. En effet la compreſſion, les matieres tranſpirables retenues & échauffées, forment avec la craſſe des onguens & des fomentations une acrimonie qui enflamme & ulcere la partie. On peut prévenir cet accident, en ſoulevant quelquefois le membre & en le changeant de place. C'eſt dans cette

intention que Paré prescrit de lever l'appareil de trois en trois jours, pour donner de l'air à la partie & faciliter la transpiration.

« Le Chirurgien doit pareillement » prendre garde, dit-il, que la partie » blessée ait souvent une *flabellation*, » afin qu'elle n'acquiere inflammation, » aussi garder qu'elle ne soit ni trop » couverte, ni pressée. La *flabellation* se » fera, en changeant la partie de place » & la soulevant par fois. Tel précepte » n'est seulement à noter pour les fractures, mais aussi pour toutes les parties » blessées & ulcérées ».

Disons un mot des entorses & des plaies simples & légeres en apparence.

Si on néglige trop le repos dans le traitement des violentes entorses, ou même dans celles qui ne sont pas suivies dès l'instant de vives douleurs, il résulte que les malades continuant à faire leurs fonctions ordinaires, d'aller & venir, dérangent par la marche les articulations

& y attirent une plus vive inflammation ; de ſorte qu'ils rendent la maladie beaucoup plus grave, quelquefois même à un tel point, qu'il faut ſix mois pour guérir une maladie qui aurait diſparu en ſix jours.

C'eſt pourquoi dès qu'on ſoupçonne qu'un tel dérangement exiſte, l'articulation n'eût-elle été qu'un peu forcée, ſi c'eſt au poignet, on doit faire porter la main en écharpe, & garder le lit ; ſi c'eſt au pied, le tenir bandé très-longtems, même après que le malade ſe ſentira parfaitement guéri, parce que s'il venait à faire de faux mouvemens, il recevrait de nouvelles entorſes. Auſſi arrive-t-il que lorſqu'on néglige ce mal, la force ne revient jamais entiérement, & que ſouvent il s'y manifeſte une légere enflure toute la vie. D'autres fois on ne peut marcher ſans boiter un peu, principalement lorſque le pied vient à poſer ſur quelqu'endroit inégal & incliné. On doit alors prendre garde, juſqu'à ce que

le pied ſoit bien affermi, de ne marcher que dans des endroits unis & commodes, faute de quoi l'on riſque de ſe faire une nouvelle entorſe, ou de marcher toujours en chancelant & de mauvaiſe grace, à plus forte raiſon, ſi l'on danſait, &c.

On a propoſé bien des moyens de guériſon pour l'entorſe. Il en eſt un auquel on n'a peut-être pas aſſez ſouvent recours : c'eſt une eſpece de pétriſſage que l'on ferait de la partie affectée. En broyant, pour ainſi dire, (cependant avec une certaine précaution) en triturant les ſucs viſqueux arrêtés dans les ligamens des articulations, on donne à la circulation une activité qu'elle allait perdre, on empêche que tous ces ligamens ne faſſent, pour ainſi dire, une maſſe obſtruée dans laquelle le mouvement ſe perdrait tout-à-fait. Ne ſait on pas qu'on fait tous les jours diſparaître des ganglions aſſez conſidérables, en ſe contentant de les pétrir pluſieurs fois dans la journée ?

Autrefois la volupté avait donné l'idée de ſe faire pétrir les membres dans les climats chauds, où l'exercice ne ſe fait qu'avec peine, & cette pratique avait ſes avantages dans l'ancienne Rome. Cette opération était confiée aux mains de ces beautés que l'or ſoudoie. En condamnant ce qui ne ſe faiſait que pour des vues condamnables en elles-mêmes, ne pourrait-on pas profiter de ce que cette méthode a de bon en ſoi, & en faire l'application aux parties qui, ne pouvant ſe mouvoir par elles-mêmes, ont beſoin d'un mouvement d'emprunt?

Combien de préjugés funeſtes exiſtent dans le vulgaire, à l'égard des plaies ſimples & des ulceres des jambes! Les malades n'héſitent point de marcher & de reſter ſouvent debout. C'eſt un de ces cas dans leſquels les gens de l'Art ne devraient rien négliger pour les convaincre de la néceſſité d'un repos abſolu, du moins pendant quelque jours, & pour leur prouver qu'au lieu d'être un tems

perdu pour eux, c'eſt un tems vraiment gagné (1). En effet la négligence à cet égard change ſouvent les plaies plus légeres en ulceres, les ulceres les moins fâcheux en incurables, tandis que les plus invétérés ſe guériſſent quelquefois par le repos du lit, & par l'application de la charpie brute, ou quelque moyen auſſi innocent.

Mais en preſcrivant le repos, nous ne prétendons point aſtreindre ces ſortes de malades à garder le lit juſqu'à parfaite guériſon : il ſuffit, comme nous l'avons déjà dit, qu'ils ſoient aſſis pendant le jour ſur une chaiſe ; que le membre bleſſé ſoit élevé à la hauteur du niveau du corps, pour faciliter le retour du ſang qui, dans les extrêmités inférieures,

(1) Celſe fait aſſez ſentir la néceſſité abſolue du repos, lorſqu'il dit : *Optimum etiam medicamentum quies eſt : moveri & ambulare, niſi ſanis alienum eſt. Minùs tamen his eſt periculoſum qui in capite vel brachiis, quàm qui in inferioribus partibus vulnerati ſunt : minimèque ambulatio convenit, femine, aut crure, aut pede laborante.* Lib. V, Cap. 2, ſect. 9.

remonte par ſon propre poids & dans un éloignement bien conſidérable de la cauſe qui lui imprime ſon mouvement; au lieu que s'il eſt gêné dans ſa marche, la ſéroſité s'en ſéparera, tranſudera au travers des mailles des vaiſſeaux, s'infiltrera dans le corps graiſſeux, dans le tiſſu cellulaire, cauſera un gonflement édémateux, & retardera la cicatrice de la plaie ou de l'ulcere.

Enfin dans tous ces différens cas où le repos eſt indiqué, lorſqu'on craint les inconvéniens de celui qui eſt trop long, les frictions, dont nous expoſerons plus loin les effets, ſont très-utiles, ſi on les emploie ſur-tout non ſeulement ſur la partie malade, mais encore ſur tout le corps.

N. B. Nous ne parlons point ici des différens accidens qui peuvent encore ſurvenir à la ſuite des maladies aiguës, même après leur guériſon, tels que le raccourciſſement des membres, l'ankiloſe, &c. qui demandent l'emploi le

mieux combiné du mouvement & du repos. C'eſt un objet que nous renvoyons à l'article des maladies chroniques, dans le chapitre ſuivant.

Ajoutons ſeulement ici une obſervation eſſentielle : la néceſſité de recommander à la plupart des ouvriers qui ont été obligés de garder le repos pendant le traitement de certaines maladies aiguës, de ne pas ſe remettre trop tôt à l'ouvrage après leur guériſon. Ce conſeil regarde ſur-tout ceux dont le métier exige des ſituations & des mouvemens contraires au parfait rétabliſſement des parties qui ont été léſées.

CHAPITRE II.

Indications ſuivant leſquelles on doit preſcrire le mouvement dans la cure des Maladies.

Quotidiè evenit morbos quoſdam capitis muſicâ, alios morbos ruſticatione, alios navigatione, alios venatione, alios ſaltatione, vel equitatione, vel peregrinatione deſinere, qui antèà nulli medicamini cedebant.

Baglivi.

QUE le mouvement & l'exercice contribuent à la conſervation de la ſanté, qu'ils excitent la digeſtion, qu'ils raniment les eſprits, qu'ils donnent une nouvelle énergie à l'ame, qu'ils fortifient tout le corps, & facilitent à la nature les moyens de vaincre les obſtacles qu'elle a à combatre, c'eſt un fait à-peu-près inconteſtable. Mais qu'ils puiſſent procurer la guériſon des maladies chroniques en géné-

ral, lors même que tout autre remede produirait à peine le même effet, ou que tous les ſecours de l'art ſeraient inutiles, c'eſt un fait qui n'obtient que très-peu de crédit parmi la plupart des perſonnes qui, tout en écoutant les gens de l'Art, lorſqu'ils recommandent l'uſage des différens exercices, regardent cependant cette ordonnance au fond comme de ſtyle & d'uſage, & plutôt comme une preuve de l'incapacité de les guérir, que comme un effet de la perſuaſion où l'on eſt que cette méthode doit être utile. C'eſt ainſi que, par une défiance hors de ſaiſon, les malades ſe trompent ſi ſouvent eux-mêmes & deviennent victimes de leurs faux préjugés.

Il en eſt, par exemple, qui du moment où l'on a jugé à propos de leur preſcrire certains exercices, s'y livrent tout-à-coup & avec la plus grande violence. Qu'en arrive-t-il ? Ils reviennent chez eux ſi fatigués, ſi las, qu'ils ſe promettent bien de ne plus ſe ſervir du moyen

qu'on leur a indiqué, & qu'ils perdent ainſi toute eſpérance des avantages & de la guériſon même qui en auraient réſulté, s'il eut été employé avec modération. D'autres au contraire ne ſe donnant que peu de mouvement d'abord, ne s'en trouvent pas beaucoup ſoulagés, & ſur le champ ils y renoncent, ſans penſer que le ſuccès du moyen curatif qu'on leur avait conſeillé, n'était attaché qu'à ſa continuation; dès-lors ils s'imaginent, ils décident même tout haut que le pouvoir de l'exercice eſt une pure chimere miſe en uſage par les gens de l'Art lorſqu'ils ne ſavent plus ni que faire, ni que dire.

Voilà de ces préjugés ou de ces obſtacles plutôt qu'on rencontre ſouvent dans la pratique; mais lorſqu'on connaît à fond les indications que préſente une maladie quelconque, & qu'on a eu ſoin de preſcrire l'eſpece d'exercice qui convient à chaque maladie particuliere, & ſelon certaines conditions eſſentielles, on a bientôt vaincu les obſtacles & les

préjugés, par le succès qui résulte de ce moyen curatif.

Ainsi on doit, comme nous l'avons dit aux regles gymnastiques, faire prendre l'exercice indiqué pendant un tems déterminé, jusqu'à un certain degré, & sans perdre de vue que des constitutions différentes demandent des especes différentes & divers degrés; que les mêmes exercices ne conviennent point dans toutes les maladies & en tout tems, &c. &c.

Parmi les maladies où l'expérience a prononcé pour la nécessité du mouvement, que trouvons-nous, si ce n'est des désordres produits par l'épaississement de quelques-unes de nos liqueurs, ou par l'atonie, l'inertie des solides, &c. Examinons donc quelles sont les maladies produites par ces causes, pour exposer ensuite les indications qui réclament l'emploi du mouvement & l'espece d'exercices qui leur conviennent.

Nous suiverons ici le même ordre que

nous avons déjà ſuivi, c'eſt-à-dire, l'ordre anatomique. Ainſi les maladies générales, ou qui n'ont aucun ſiege affecté, précéderont celles de la tête, du tronc & des extrémités; avec cette différence, que nous ajouterons à ce chapitre deux paragraphes de plus qu'au précédent.

Dans le premier, nous traiterons de l'ortopédie, ou des difformités du corps; & les frictions, comme ſupplément du *mouvement*, feront la matiere du ſecond.

§. I.

De l'état des Convaleſcens.

Les maladies aiguës ſouvent réitérées, les hémorragies fréquentes, les bleſſures conſidérables qui ont exigé un long repos, le long uſage des remedes, des boiſſons aqueuſes, la grande diete, &c. jettent quelquefois le corps dans un épuiſement & un relâchement univerſel, & dans des maladies chroniques les plus caractériſées.

ractériſées. Les organes de la digeſtion ſont ſur-tout ceux qui ſont le plus vivement affectés ; les vaiſſeaux affaiblis n'ont point aſſez de reſſort pour pouſſer les humeurs & pour les empêcher de ſéjourner dans les différentes parties du corps. De là naiſſent nombre d'accidens ; les mal-aiſes, la faibleſſe, des enflures aux bras & particuliérement aux jambes ; accidens auxquels ſont ſujets preſque tous les convaleſcens. En un mot, le corps a perdu l'aiſance & la promptitude de ſes fonctions naturelles.

En comparant les effets du mouvement avec ceux du repos, il eſt aiſé d'appercevoir que celui-ci ne ferait qu'accroître la maladie & les accidens. L'indication du mouvement eſt donc bien ſenſible ; mais les malades ſont quelquefois ſi affaiblis, ſi exténués, qu'avec la meilleure volonté du monde, ils ne pourraient faire un pas ſans être expoſés à des chûtes occaſionnées par un étourdiſſement auſſi facile à prévoir qu'il eſt

ordinaire dans un homme qui a reſté long-tems au lit & dans la même poſition.

Ainſi, pour ne rien haſarder dans une pareille circonſtance, il faut ſe contenter la premiere fois de mettre le malade ſur ſon ſéant, ſur le bord du lit, les pieds à terre. Quelque meſuré que ſoit ce mouvement il eſt encore quelquefois ſuffiſant pour faire tomber en ſyncope. Cette épreuve étant faite, on doit placer le malade dans un fauteuil, l'y laiſſer pendant quelques heures, le faire lever enſuite & marcher tous les jours, & augmenter inſenſiblement cet exercice juſqu'à ce que le mouvement des membres ſoit devenu libre & les jambes plus aſſurées. C'eſt ainſi, & par l'uſage des frictions ſur tout le corps, qu'on peut diminuer cette grande faibleſſe & mettre les malades bientôt en état de ſupporter l'action d'un mouvement plus puiſſant.

Il ſerait à deſirer que les convaleſcens puſſent faire enſuite uſage des exer-

cices actifs qui tendent tous à fortifier le corps ; mais leurs solides n'ayant pas encore acquis assez de ressort, ces exercices actifs, bien-loin de rétablir leurs forces, les épuiseraient en occasionnant une dissipation trop grande ; ils ne pourraient non plus détruire les restes de la maladie primitive, ou plutôt ces principes d'obstructions qui résultent du repos trop long. Il faut donc avoir recours à l'usage des exercices passifs pour les convalescens qui ne peuvent soutenir que des mouvemens très-modérés. Car ceux qui ont été affaiblis par de longues maladies, étant redevenus pour ainsi dire enfans, ils doivent être traités de même.

Quoi de plus propre à remplir ces différentes indications que le mouvement de la chaise à porteurs, de la litiere, de la voiture douce ! Cette gestation modérée est parfaitement bien indiquée à ceux qui sont dans le marasme, à la suite de la fievre lente, des ulceres in-

ternes, des hémorragies, des épanchemens dans le bas-ventre, à ceux qui ſont amaigris par d'abondantes ſuppurations; à ceux qui ſont ſi faibles & ſi débiles au ſortir d'une longue maladie, qu'ils ne peuvent ni ſe ſoutenir, ni ſupporter la moindre fatigue, pour réveiller ſans effort l'action des parties ſolides & des viſceres, & leur rendre par degré leur ancienne vigueur : *Morbis & jam inclinatis morbis aptiſſima eſt geſtatio*, dit Celſe.

Mais parvenus à un certain degré de vigueur, c'eſt alors que les malades doivent monter dans une voiture roulante, & n'aller d'abord que lentement en raſe campagne & ſur la pelouſe, juſqu'à ce que les forces leur permettent de ſupporter ſur un terrein inégal & pierreux les violentes ſecouſſes d'un char moins bien ſuſpendu.

Les convaleſcens ayant acquis plus de forces par ces différens moyens, l'équitation peut avoir ſon tour & con-

tribuer merveilleuſement au rétabliſſement le plus prompt de leur ſanté. Cet exercice devrait même être préféré à tout autre plus actif, s'il reſtait encore de l'embarras dans les viſceres ; car il eſt efficace dans les maladies qui ſont la ſuite d'un ſang épais & glutineux qui produit des ſtaſes, des obſtructions dans le foie & les autres viſceres ; dans les jauniſſes les plus opiniâtres, & pour achever la cure des fievres intermittentes, &c.

L'indication de ce moyen curatif nous eſt tracée par la nature même. Nous ſavons en effet par l'anatomie que tous les viſceres ſont adhérens à des moyens d'union qui les tiennent, pour ainſi dire, ſuſpendus ; la ſageſſe même que le Créateur a fait briller dans tous ſes ouvrages, ne nous permet pas de douter que ce méchaniſme n'ait quelque but important, celui de n'avoir ſuſpendu ces viſceres que pour qu'ils ſoient agités & mis en mouvement par le diaphragme,

qui s'abaiſſe & s'éleve continuellement par la reſpiration ; d'où il arrive que la circulation du ſang qui, ſans cela, ſerait languiſſante dans les viſceres, & ſurtout dans le foie, ſe trouve accélérée.

Au défaut de ces exercices paſſifs, dont tout le monde n'a pas le moyen de faire uſage, la promenade modérée eſt le ſeul exercice qui puiſſe y ſuppléer. Ainſi dès qu'un convaleſcent commence à marcher, il ne doit faire d'abord que de courtes promenades dans ſa chambre; le lendemain dans la maiſon, & après avoir eſſayé & raffermi ſes jambes, il ira paſſer une ou deux heures du plus beau tems de la journée dans une promenade publique en plein air ; les jours ſuivans, il y reſtera plus long tems : ce n'eſt que par de tels ménagemens qu'il ſe mettra en état de reprendre ſes exercices ordinaires, ou tels autres qui lui plairaient ; comme de petits voyages, la chaſſe, dont les effets ſont propres à fortifier l'habitude de tout le corps,

à provoquer la tranſpiration, à récréer l'eſprit en même tems qu'ils fatiguent le corps (1).

Avant de finir, nous remarquerons que la fatigue des premiers jours eſt ſouvent un écueil contre lequel le faible courage de pluſieurs convaleſcens échoue. Il eſt vrai que quand on a été long-tems dans l'inaction, à cauſe d'une maladie longue, les premiers exercices paraiſſent pénibles & faire plus de mal que de bien; mais ſi les malades avaient alors le courage de ſurmonter leurs premieres répugnances, ils ſentiraient que c'eſt véritablement le cas où il n'y a que les premiers pas qui coûtent.

L'on ſent aſſez que l'expoſé de ces moyens curatifs, d'après les indications des maladies qui accompagnent ordinairement la convaleſcence, peut être

(1) *Exercitatio primò levis, deindè major adhibenda eſt; maximèque, quæ ſuperiores partes moveat; quod genus in omnibus ſtomachi vitiis aptiſſimum eſt.* Celſ. L. IV, cap. 5.

appliqué à beaucoup d'autres maladies chroniques du même genre; il eſt inutile par conſéquent d'avertir qu'on y revienne au beſoin, & dans tous les cas à-peu-près ſemblables.

Des Ecrouelles.

La cauſe formelle de cette maladie paraît dépendre de la laxité & de la faibleſſe des ſolides, d'une viſcoſité des humeurs ſéreuſes ou lymphatiques, qui embarraſſent les glandes conglobées ou conglomérées.

L'indication principale, dans la cure des écrouelles, conſiſtant à diviſer & atténuer la lymphe groſſiere & viſqueuſe, pour déſopiler les glandes & les autres parties obſtruées, il eſt facile d'appercevoir que la nature, dans ces circonſtances, a beſoin du mouvement, dont l'effet eſt de rendre le reſſort des vaiſſeaux plus libre, plus capable d'agir ſur les liqueurs ralenties, & d'en accélérer le mouvement progreſſif. C'eſt dans

cette intention que l'on emploie tous les jours, dans la cure de cette maladie, des médicamens dont l'effet eſt de porter dans la machine le mouvement naturel des fluides à un degré ſupérieur à celui qui y régnait auparavant ; & l'on a même remarqué que ces médicamens ne réuſſiſſaient jamais mieux, que lorſqu'on les combinait avec des mouvemens muſculaires forts & ſoutenus. Examinons quels ſont les exercices les plus propres à ſatisfaire à ces indications, eu égard à l'âge, aux forces & au degré de la maladie.

Puiſque cette maladie a ſon ſiege dans les glandes & dans les viſceres, il eſt clair qu'il faut faire choix des exercices qui agiſſent particuliérement ſur ces parties & qui ſecouent un peu vivement la machine ; il ne l'eſt pas moins que ces exercices doivent être proportionnés à l'âge & à la faibleſſe du malade, & amenés à un plus haut degré de mouvement, ſuivant ſes forces & les circonſ-

tances où il ſe trouve. Ainſi l'uſage du berceau, d'un lit ou d'un ſiege ſuſpendu, eſt capable d'exciter du frottement entre les viſceres, de ranimer leur action & la chaleur naturelle ; mais ce qui remplirait plus efficacement encore l'indication d'exciter le mouvement muſculaire, ſerait l'uſage des petits charriots traînés ſur un terrein inégal & pierreux, & tous les autres exercices paſſifs, capables de procurer des ſecouſſes ſalutaires dans les viſceres de l'abdomen, & ſurtout dans le méſentere, dont les glandes ſont ordinairement gonflées, dures & ſquirrheuſes ; car tant qu'il eſt obſtrué, il devient toujours la ſource des écrouelles ; & ſi on ne le dégage pas, on ne peut ſe flatter de la guériſon.

Les ſcrophuleux plus avancés en âge, ne retireraient pas les mêmes avantages de ce mouvement paſſif, il faut donc pour eux donner la préférence aux exercices qui ſont plus capables d'augmenter le reſſort des vaiſſeaux, de ſecouer

l'action muſculaire, de faire agir les membres, & d'accélérer davantage le mouvement des liqueurs dans toutes les parties du corps en même tems. Telle ſerait la promenade d'abord, pour ceux qui ſeraient affaiblis par les ſuites de la maladie; enſuite le jeu du volant, de la paume, du mail, du ballon, &c. qui exercent le corps aſſez violemment, qui lui donnent une grande mobilité, & le rendent extrêmement ſouple & droit, en le contraignant de courir avec légéreté & la tête levée; car il eſt important quelquefois de mettre en action les muſcles du cou, pour donner plus d'activité au cours de la lymphe épaiſſie dans les glandes qui ſe trouvent au-deſſous de ces muſcles, & de faciliter les mouvemens du cou, qui eſt le plus ſouvent gêné, lorſque ces glandes ont ſuppuré.

Mais un des principaux avantages des exercices que nous indiquons, c'eſt qu'en inſpirant de la gaieté & de la vivacité aux ſcrophuleux qui ſont ordinairement

mous, pareſſeux & indolens, ils ont encore l'influence la plus favorable ſur leur économie animale, ſur-tout quand ils ſont pris en plein air.

« J'ai donné mes ſoins à deux enfans, » âgés de ſept à huit ans, qui étaient l'un » & l'autre attaqués des écrouelles dès » leur enfance : des remedes que la » mere tenait de toutes ſortes de mains » avaient été mal adminiſtrés ; un mau- » vais régime de nature aſceſcente avait » peut-être empêché l'efficacité des ſpé- » cifiques pris antérieurement, d'après » le conſeil d'un homme inſtruit & » expérimenté. La mere qui aimait ten- » drement ſes deux enfans, ſuivit enfin » fort exactement de bons conſeils qu'on » lui donna : c'était de ne les pas tenir » enfermés comme auparavant, & de » les laiſſer jouer & courir avec leurs » camarades. L'un de ces enfans avait » un air triſte & ſournois ; & l'autre » quoiqu'auſſi malade que ſon frere, » laiſſait entrevoir un petit eſpiegle,

» Celui-ci prit beaucoup plus de mou-
» vement que l'autre, & l'on s'apperçut
» bientôt de la diminution des glandes,
» de l'efficacité des ſpécifiques qu'on
» lui avait adminiſtrés; au bout de quel-
» ques mois il recouvra la ſanté.

» L'autre qui n'était jamais que le ſpec-
» tateur des amuſemens & des jeux de ſes
» camarades, reſta juſqu'à l'âge de douze
» ans avec des glandes au cou, & des
» articulations un peu gonflées; mais
» la mere convaincue qu'elle devait la
» guériſon de ſon cadet, autant à l'uſage
» du mouvement qu'aux fondans de
» Rotrou, fit l'impoſſible pour diſtraire,
» égayer ſon aîné & lui inſpirer le goût
» de l'exercice & du mouvement. On
» le menait ſouvent en voiture; inſen-
» ſiblement il s'anima & reprit de la
» vigueur. Mais comme il y avait un
» peu de mauvaiſe contenance dans la
» taille de cet enfant, qu'il penchait un
» peu le cou, que ſes articulations gon-
» flées lui avaient donné une démarche

» défectueuſe, &c. je m'aviſai de con-
» ſeiller à la mere de faire apprendre à
» ſon fils à tirer des armes, pour exciter
» en lui une ſorte d'orgueil, & le mettre
» en état de ſe montrer grand garçon vis-
» à-vis de ſes camarades qui ſe raillaient
» de lui. La mere ſaiſit cette idée, le
» jeune homme y prit goût, & l'on s'ap-
» perçut bientôt que cet exercice opé-
» rait un heureux changement & ſur ſon
» caractere & ſur ſa ſanté. J'ai eu occa-
» ſion de le revoir huit ans après cette
» époque : il eſt aſſez bel homme, &
» parfaitement guéri ».

L'eſcrime en effet eſt, à mon avis, après les exercices précédens, un moyen parfaitement bien indiqué dans la cure des vices de la lymphe trop épaiſſie; parce que cet exercice anime la circulation, qu'il ſecoue vivement l'action muſculaire des extrêmités ſur-tout; qu'il contribue plus puiſſamment que tout autre à l'augmentation des forces, à l'agilité, à la correction des mauvaiſes

attitudes & de certaines difformités du corps.

Mais pour obtenir du ſuccès de ces différens exercices, il faut les continuer aſſez long tems, pour qu'ils puiſſent ramener la lymphe à ſa fluidité naturelle, & la lui conſerver. Ne ſait-on pas que les écrouelles ne ſe diſſipent guere que vers l'âge de quinze ans, par l'effet des forces des ſolides augmentées, & peut-être encore par l'effet de quelques mutations des fluides occaſionnées par la révolution qui ſe fait alors dans les parties naturelles?

Si le virus ſcrophuleux avait cauſé beaucoup de déſordres dans l'économie animale, qu'il eût attiré de l'inflammation, que la fievre lente fût de la partie, & que le malade fût très-affaibli, on ſent bien alors que les exercices actifs ne pourraient être mis en uſage; mais l'indication du mouvement très-modéré exiſtant toujours, il faut ſe conduire dans ce cas-là, comme pour

les convaleſcens, eu égard à la faibleſſe du malade & à la nature des accidens.

Si l'on craint l'ankiloſe de la partie affectée, le mouvement eſt alors de précepte ; mais il doit être ménagé & donné avec précaution, comme on le dira ailleurs.

Du Rachitis.

Cette maladie, particuliere aux enfans, eſt principalement due à la viſcoſité des fluides. Cet état, qui eſt peu différent des ſcrophules, préſente les mêmes indications du mouvement, mais plus modéré, tant pour donner du reſſort aux fibres muſculaires, que pour diſſoudre la viſcoſité des ſucs, diſſiper les obſtructions & faciliter la circulation des fluides par tout le corps.

Le choix des exercices du corps doit être fait, eu égard à l'âge, à la faibleſſe du malade, au progrès de la maladie & à ſes ſuites.

Quant à l'âge & à la faibleſſe, les

exercices paſſifs que nous avons indiqués pour les ſcrophuleux, ſatisfont éminemment aux indications curatives, d'autant mieux qu'ils portent leur action ſur les viſceres de l'abdomen, qui le plus ſouvent ſont engorgés de ſucs lymphatiques. Un autre exercice auquel on devrait, je crois, donner la préférence, parce qu'il eſt plus capable de mettre en jeu le ſyſtême des ſolides & de la maſſe des humeurs, de diſſiper la langueur des membres, d'arrêter les progrès du rachitis, & de les prévenir, c'eſt le jeu de l'*eſcarpolette*; eſpece d'exercice mixte, qui, ſans donner au corps des ſecouſſes trop violentes, peut néanmoins exciter des mouvemens ſubits, dont les effets peuvent être de la plus grande utilité.

En effet la peſanteur du corps de l'enfant, jointe aux mouvemens qu'il fait lui-même, étant balancé dans une *eſcarpolette*, oblige les ligamens à ſe relâcher & à s'alonger. Mais ce qui contribue le plus à cette alongement des

membres, c'eſt la peur qu'a l'enfant de tomber, parce que cette crainte lui fait faire des mouvemens extraordinaires, tous les muſcles dans ce tems-là étant en action. La joie que reſſentent au contraire quelques autres enfans de ſe voir ainſi bercés, leur fait faire des treſſaillemens & des mouvemens extraordinaires, qui ſont d'un grand ſecours pour leur dégager l'épine & les membres.

Veut-on produire encore les mêmes effets par un autre moyen plus ſimple? les nourrices nous l'indiquent : c'eſt de chatouiller la plante des pieds ou les reins des enfans ; ce chatouillement leur fait faire des mouvemens qu'ils ne feraient jamais ſans lui ; & ces mouvemens ſont ſi efficaces, qu'ils ſuffiſent quelquefois ſans autre ſecours pour faire reprendre au corps ſa rectitude naturelle, parce que les émotions conſidérables des membres aſſoupliſſent néceſſairement les reſſorts.

Si la maladie a fait plus de progrès,

& que le gonflement des articulations & la courbure ſoit des os longs, ſoit de l'épine, en devienne le réſultat, on peut ajouter à l'uſage de ces différens exercices celui des frictions ſur toute la ſuperficie du corps, pour diſſiper les obſtructions & pour procurer une libre circulation des fluides.

Mais comme les membres, entr'autres les jambes, ſe courbent toujours du côté où il y a le plus de muſcles, de la même maniere qu'un arc eſt bandé par ſa corde, il faut avoir ſoin de ne faire des frictions que ſur la courbure des os, pour en relâcher les cordes, & non pas ſur leur convexité contre nature; car en échauffant ces parties, les frictions ouvrent les pores des fibres muſculeuſes, & les mettent en état de recevoir le ſuc nourricier; les muſcles qui tenoient alors les os tendus & courbés, ſe relâchent & s'alongent en même tems qu'ils reçoivent la nourriture; l'affluence des ſucs nourriciers ſe portant

bientôt après en abondance dans les fibres osseuses, les os doivent se redresser insensiblement & reprendre leur premiere figure. Aussi est-on quelquefois étonné lorsqu'on a fait un long usage des frictions, de voir des progrès dans la guérison du rachitis, & les enfans grandir après en peu de tems.

Jusqu'à ce qu'on ait obtenu ces effets, ou plutôt tant que les membres ont de la disposition à se courber, on ne doit point exciter les enfans à marcher, même avec la lisiere, (plus susceptible d'inconvéniens à l'égard des rachitiques que pour les enfans qui se portent bien) ce seroit exposer ces petits malades à des difformités fâcheuses, soit en faisant courber davantage l'épine, ou pencher la tête sur la poitrine, soit parce que l'enfant étant debout, les os ramollis peuvent se courber; ou cherchant à appuyer un genou contre l'autre pour se soutenir, ils deviendraient cagneux. Par les mêmes raisons, l'usage de porter

les enfans au bras peut être nuisible, en occasionnant un vice de conformation dans les vertebres & dans tout le côté qui est pressé, à moins qu'on n'ait la précaution de les changer souvent de bras. Ainsi, avant que de faire marcher les rachitiques, il est important d'attendre que leurs jambes se soient fortifiées; & pour que cela arrive plutôt, il faut les laisser se remuer tout à leur aise, quand ils sont assis ou couchés.

Lorsqu'on croit qu'il est tems d'exercer sans aucun risque les extrêmités inférieures des enfans rachitiques, les petits traîneaux à roulettes, & tous les charriots d'enfans dans lesquels ils sont debout & enfermés, nous paraissent suffisans pour les enhardir à faire quelques pas, & à se soutenir sur leurs jambes; car en poussant le traîneau d'un côté ou de l'autre, ils sont obligés de le suivre, ce qui ne peut se faire sans que les jambes agissent.

Cependant ces charriots ſont ſujets aux mêmes inconvéniens que l'action de marcher avec la liſiere : le corps de l'enfant y eſt trop ſoutenu par-deſſous les bras ; en ſorte que le poids de ſon corps, que ſouvent il laiſſe aller par faibleſſe, par ennui, ou par dépit, eſt ſoutenu tout entier par les épaules qui ſont obligées de s'élever ; diſpoſition irréguliere, qui peut paſſer en habitude pour la ſuite, d'autant plus facilement que la nature de cette maladie rend le corps plus diſpoſé à prendre de mauvaiſes attitudes : il vaudrait mieux préférer l'action de marcher ſans appui pour les bras, & exciter ces petits malades, par l'attrait du plaiſir à des jeux capables de les amuſer, en même tems qu'ils leur donneraient de la hardieſſe pour courir.

Quoique les ſymptômes du rachitis ſoient diſſipés, il faut néanmoins continuer l'uſage du mouvement long-tems après la guériſon de la cauſe, parce qu'au

ſortir d'une maladie occaſionnée par la faibleſſe, le relâchement & l'humidité, le mouvement preſque continuel ſecondera efficacement la dépuration des humeurs & fortifiera le corps : c'eſt le ſeul moyen de prévenir les difformités que le germe de la maladie peut augmenter ou faire développer dans la ſuite. Les excercices qui conviennent alors doivent être actifs & pris avec les mêmes précautions que nous avons établies dans nos regles gymnaſtiques & à l'article des convaleſcens ; & quand on a l'indication d'exercices propres à corriger certaines difformités que le rachitis a produites, il faut ſe conduire à cet égard comme nous le dirons plus bas. Diſons deux mots ſur la place que le repos peut accuper dans le traitement de cette maladie, particuliérement dans ſa convaleſcence.

Le repos dans le jour, ſur-tout celui qu'on prend quand on eſt aſſis mollement, n'eſt point fait pour ces petits

convaleſcens, ni pour leur age, où la nature ne reſpire que le mouvement & la liberté pour ſe fortifier & s'accroître.

On ſe trouve bien pendant la cure de cette maladie, de faire coucher les enfans ſur des matelas remplis de plantes aromatiques deſſéchées, tant pour empêcher l'augmentation du mal, que pour en prévenir le retour. En effet ce topique commode a la propriété de donner aux fibres de la force & de la vigueur; & c'eſt ici que le conſeil de Locke eſt bien ſalutaire, lorſqu'il recommande de faire coucher durement les enfans, parce qu'un lit dur fortifie les membres & qu'un mollet fond & diſſout, pour ainſi dire, tout le corps.

On ne doit pas non plus laiſſer les rachitiques trop long tems au lit, ſa chaleur & l'inaction du corps les affaibliſſent de plus en plus; mais ſi de bonnes raiſons forcent la nourrice à laiſſer le rachitique au lit, quoique éveillé, elle doit lui rendre ſa ſituation

auſſi

auſſi douce & auſſi commode qu'il eſt poſſible; & la nuit comme le jour, lui laiſſer la liberté de ſe remuer dans ſon berceau, ſans quoi les parties empriſonnées dans les langes reſtent faibles, ſans forces & ſans ſoutien, & ſont expoſées à prendre une mauvaiſe conformation, d'autant plus que, dans cette maladie, les membres ſe plient & ſe courbent à la moindre compreſſion.

On doit donc pendant le traitement de cette maladie, proſcrire les maillots, les corps à baleines, les bottines, &c. qui ne ſervent le plus ſouvent qu'à déranger la texture des os, & à accélérer la difformité.

Nous devons auſſi porter nos regards du côté de la nourrice; car l'utilité du bon lait de celle qui allaite un rachitique eſt trop importante pour n'y pas faire attention; & le mouvement eſt d'une néceſſité preſque abſolue pour lui donner une bonne qualité.

Ainſi l'exercice modéré, particulié-

rement celui des bras, doit être également conseillé, & aux Dames qui nourrissent & aux Nourrices gagées, qui, dans les grandes maisons, menent ordinairement une vie sédentaire, capable de faire dégénérer le lait & de lui faire perdre l'activité qu'il doit avoir. C'est pourquoi l'action de coudre, de tricoter, de faire des nœuds, de frotter les meubles, de balayer, & tous les exercices qui consistent dans quelque travail qui oblige les bras à se mouvoir, sont convenables; par la raison qu'ils obligent le sang de marcher avec plus d'activité aux mamelles, & que le lait qu'il y déposera, se préparera toujours mieux. *Nesit deses & otiosa nutrix*, dit Varanda, *sed alacris, & ad susipiendos labores comparata, potissimùm in quibus brachiorum motus requiritur, ut sanguis ad mammas copiosior attrahatur, & lac melius concoquatur* (1).

(1) *Varand. de morb. mulier. Cap. 1.*

Du Scorbut.

Le premier & le ſecond période de cette maladie nous préſentent un épaiſſiſſement des humeurs; les laſſitudes, l'accablement, la triſteſſe, les douleurs vagues, le gonflement des extrêmités caractériſent aſſez cet état des liqueurs, & nous montrent évidemment l'indication du mouvement pour réveiller le ton des ſolides, atténuer les humeurs, les rendre à leur fluidité ordinaire & rétablir les ſecrétions; & ce qui donne un complément à cette indication, c'eſt que dans cette maladie la nature & l'art ne la combattent que par le mouvement.

Ainſi les exercices paſſifs, indiqués plus haut pour les convaleſcens, peuvent être utilement employés dans le traitement du ſcorbut; mais comme ceux qui en ſont atteints perdent ſouvent l'uſage des jambes, tant par la faibleſſe & le gonflement des genoux,

que par le raccourciſſement des tendons fléchiſſeurs, & que ſouvent leurs articulations ſont dépourvues de ſynovie, ce qui y cauſe un craquement, même dans les vertebres, il eſt néceſſaire qu'ils faſſent auſſi un uſage journalier des exercices actifs les plus modérés, tels que la promenade, le jeu de boules, &c. dont les effets peuvent également s'étendre ſur le reſte de la machine.

Nous avons dit, en parlant des maladies aiguës, que dans les ulceres & les engorgemens des extrêmités inférieures, c'était alors le triomphe du repos. Ici c'eſt une contr'indication, lorſque ces ulceres & ces engorgemens ont une teinte violette avec dureté, & qu'ils ſont caractériſés ſcorbutiques; le mouvement, l'exercice, la marche pendant un tems chaud & ſec, aidés des autres remedes connus, ſont les ſeuls moyens les plus propres à diſſiper ces engorgemens, à déterger les ulceres ſcorbutiques pour déterminer leur cica-

trice. En effet l'on remarque que ces engorgemens ſont moins conſidérables & moins rénitens vers le ſoir, après avoir beaucoup marché, que deux ou trois heures après qu'on eſt ſorti du lit.

Lorſqu'à l'épaiſſiſſement des fluides, il ſuccede un état de diſſolution marquée dans les humeurs, l'uſage du mouvement pourrait alors devenir pernicieux dans les degrés ultérieurs du ſcorbut; car la fievre eſt un accident fatal, qui n'eſt pas éloigné, & c'eſt ici le cas de dire : *non currenti calcar addere.*

Combien de ſcorbutiques, dont la maladie était parvenue preſqu'à ſon dernier degré, ſe ſont échappés de leurs hôpitaux ou de leurs maiſons, dans l'impatience d'une guériſon tardive, pour ſe livrer ou à leurs travaux ordinaires, ou à des exercices qui, quoique modérés, étaient au-deſſus de leurs forces! Quel a été le fruit de leur inconſidération? Des accidens graves, des hémorragies internes, &c. au bout de

quelques jours ils ſont morts ſur leur grabat.

De la Vérole.

Le virus vénérien confiné depuis quelque tems dans la maſſe des humeurs, n'étant autre choſe qu'un virus coagulant de la lymphe, qui s'embarraſſe & s'obſtrue dans les différentes parties du corps en général, préſente ici, comme ailleurs, l'indication d'un mouvement excité & ſoutenu aſſez long tems pour détruire les effets de ce virus & les anéantir : la nature & l'Art n'emploient pas d'autres moyens (1).

Ainſi, ſoit qu'on adminiſtre les frictions, ou que l'on donne intérieurement les remedes qui paſſent pour les ſpécifiques du virus vénérien, on doit favo-

(1) Le mercure en frictions, toutes les autres préparations de ce minéral priſes intérieurement, les bois ſudorifiques, les alkalis volatils, &c. n'agiſſent que par un mouvement augmenté dans toute la machine, qui chaſſe le virus au dehors.

riſer leurs effets par l'uſage du mouvement muſculaire externe, porté à un certain degré, & le ſoutenir pendant un tems convenable, pour combattre plus efficacement l'épaiſſiſſement de la lymphe, & la cauſe dont il eſt le produit.

Les Praticiens éclairés ſur cette méthode ſalutaire ne craignent pas de combiner le mouvement avec l'emploi des remedes mercuriaux ; & bien-loin de tenir leurs malades en repos, ils leur font prendre avec ſuccès beaucoup d'exercice pendant l'uſage des frictions ; le tems fût-il même un peu froid, ils leur preſcrivent de ſe promener au loin tous les jours, en ſe tenant bien couverts ; & au moyen de cet exercice, rarement les malades ont la bouche échauffée.

Quelques Praticiens prétendent, & j'inclinerais fort pour leur avis, que l'on devrait préférer dans la cure de cette maladie les exercices un peu vio-

lens, tels que la chaſſe, la courſe, l'action de monter à cheval, ou de marcher dans un chemin inégal & raboteux: les travaux même de l'agriculture, & tous ceux qui impriment des ſecouſſes un peu vives à toute la machine, & qui peuvent provoquer une abondante tranſpiration.

Vanſvieten (1) donne des exemples de guériſon de la vérole, par le ſeul uſage des exercices forcés, & nous aſſure que Fallope a vu des galériens guéris de cette maladie par les travaux les plus violens; il ajoute même que ces ſortes de guériſons ſont aſſez connues dans nos galeres, dans celles de la Méditerranée ſur-tout. Vanſvieten était d'autant plus fondé à nous faire ces détails, qu'il avait ſu lui même tirer un plus grand parti du moyen qu'ils indiquent. Appellé pour un jeune homme

---

(1) *Comment. Boerr. in aph. T. V. aph. 1478, p. 521. in-4°. Edit. Pariſiis.*

de qualité, attaqué d'une vérole preſque déſeſpérée, & qui avait ſubi quatre fois le traitement par les frictions ſans ſuccès, il lui preſcrivit les travaux les plus rudes de la campagne, & le guérit.

Or ſi le mouvement forcé & de longue durée a pu guérir ſeul la vérole invétérée, comme ces témoignages le prouvent, à plus forte raiſon cette méthode ſera-t-elle couronnée d'un plus grand ſuccès, lorſqu'on aſſociera l'uſage du mouvement avec les remedes indiqués en pareil cas.

Il eſt aiſé de ſe rendre raiſon comment des maladies vénériennes très-compliquées, telles que l'exoſtoſe, peuvent céder à l'uſage de la décoction de gayac, dont la boiſſon ſerait priſe à une certaine meſure, & ſuivie d'un exercice ſuffiſant pour procurer la ſueur. Le corps étant rempli par une telle décoction, il ſurvient un plus grand mouvement dans les fluides; ceux-ci parcourront d'autant plus facilement les vaiſſeaux, que

l'action musculaire sera mise en jeu par l'exercice forcé ; d'où s'en suivra une fonte d'humeurs qui se porteront ensuite à la superficie de la peau : le succès serait même plus grand, si l'on s'exerçait au soleil.

Ajoutez que l'exercice violent d'un membre attaqué d'exostose, détermine & attire, pour ainsi dire, la vertu de cette liqueur aromatique vers la partie affectée ; & qu'il agit dans ce cas, comme les frictions seches, dont l'effet est d'attirer les liqueurs à la partie frottée.

« Un jeune homme attaqué d'exostose » vénérienne à la partie inférieure de la » jambe, & rebuté des frictions par la » gêne de ses parens, prit le parti de » lui-même, de faire usage d'une ti- » sanne sudorifique, & de se livrer sans » autre conseil que celui de son goût, » à toutes sortes d'exercices fatigans & » continus, comme de patiner sur la » glace, de faire des armes, & de danser » presque tous les jours. Qu'arriva-t-il ?

» Le hasard, ou plutôt un heureux » instinct, opéra tout ce que l'Art aurait » pu faire : l'exostose disparut au bout » de six semaines ».

Conclusion; c'est que l'exercice forcé de tout le corps, & particuliérement celui de la partie affectée, seconde parfaitement l'action des mercuriaux, en augmentant le ressort des vaisseaux, en accélérant le mouvement du sang, en atténuant la lymphe & la mettant en état de pénétrer plus promptement jusqu'aux tuyaux excrétoires de la peau : enfin en chassant continuellement & conjointement avec l'action vitale, les humeurs par cet émunctoire.

§. II.

Des Maladies de la Tête.

De l'Apoplexie.

Sans nous embarrasser du détail de ses causes & de son diagnostic, qui seraient déplacés ici, nous nous contenterons

ſeulement d'obſerver que le grand point de ſa curation conſiſte à réveiller le reſſort affoibli du cerveau, en interrompant le repos du corps, & en mettant en action toutes les cauſes qui ſoutiennent la veille. Ainſi le mouvement eſt capable de ſeconder ces indications urgentes.

Lorſqu'on aura donc employé les remedes généraux pour réveiller le ſentiment, on doit expoſer le malade au grand jour & ne pas l'enfermer ſous des rideaux. Ce moyen, quoique ſimple & trop ſouvent négligné, ne mérite point du tout de l'être.

Les apoplectiques ne doivent pas être couchés. Cette ſituation augmente la pente qu'ils ont au profond repos & au ſommeil. Le ſang ſe porte avec plus de facilité à la tête, lorſqu'on eſt dans la ſituation horizontale, que lorſqu'on eſt dans une poſition perpendiculaire, ce qu'il faut éviter, puiſqu'on cherche à éloigner ou à détruire l'engorgement du cerveau. D'ailleurs cette

posture étant plus gênante pour des malades engourdis, elle leur servira comme d'aiguillon continuel pour troubler leur repos.

On doit tâcher de rappeller le sentiment & le mouvement par l'usage des frictions faites avec des étoffes grossieres, sur les extrêmités & le long de l'épine par le chatouillement à la plante des pieds du malade, &c. &c. Si ces moyens sont insuffisans, on est obligé alors, & c'est un point essentiel, de secouer, d'agiter beaucoup les malades, de les tracasser, de les impatienter même, de leur parler de choses qui les touchent vivement. On en a sauvé, en les faisant courir sur le pavé dans une charrette.

La connoissance étant revenue, le malade doit se donner du mouvement; il marchera d'abord soutenu par des aides, ensuite il montera en voiture ou à cheval, lorsque ses forces lui permettront.

L'apoplexie, sur-tout la sanguine, est

un tyran, qui ne fait que différer ſa vengeance, & ſon glaive eſt toujours ſuſpendu ſur la tête de celui qu'il a une fois menacé. C'eſt pourquoi il faut, outre l'emploi des moyens préſervatifs, faire uſage pendant la convaleſcence, & long-tems après, des différens exercices qui agiſſent ſur l'action muſculaire : car le repos trop conſtant, la pareſſe, la langueur, l'apathie jettent dans le relâchement, au lieu que l'exercice du corps, pris tous les jours autant qu'il eſt poſſible, facilite & accélere le rétabliſſement parfait des ſens internes & externes. L'expérience n'a-t-elle pas appris que le mouvement continué tous les jours pendant un certain tems, & ſi l'on entreprend un voyage, a été plus utile à ces malades que tout le fatras de remedes qu'ils auraient pris, étendus dans un fauteuil ou dans un lit ?

La Paralyſie.

La paralyſie de tout le corps ou de

quelqu'une de ſes parties eſt ſouvent le reliquat de l'apoplexie, ou elle eſt produite par différentes autres cauſes. Elle differe de l'apoplexie en ce que le malade n'a pas perdu l'uſage de la raiſon; mais les mouvemens volontaires ſont languiſſans ou totalement détruits.

On ſait que l'indication principale dans la cure de cette maladie eſt de rappeller d'abord le ſentiment, parce que dès qu'il eſt revenu dans une partie paralyſée, il y a tout lieu de croire que la liberté du mouvement ne tardera pas à s'y rétablir.

Les frictions ſeches faites ſur tout le corps, & plus particuliérement ſur la partie paralyſée, paraiſſent très-propres pour y rappeller la ſenſibilité. Ce moyen était fort connu des Anciens. Ils battaient à pluſieurs repriſes les parties paralyſées avec des orties, afin d'y exciter un léger fourmillement; ils augmentaient de jour en jour la violence de l'urtication, juſqu'à ce qu'enfin les par-

ties devinſſent très-ſenſibles & très-mobiles (1).

Quoique le ſentiment ſoit rétabli dans les paralytiques, ils éprouvent preſque toujours de l'engourdiſſement & une faibleſſe générale qui les empêche de ſe livrer au mouvement actif ſi néceſſaire alors pour accélérer la guériſon. Il faut dans ce cas avoir recours aux exercices qui agitent & ſecouent violemment toute la machine : comme de voyager en poſte ou de faire traîner le malade dans une charrette roulante ſur le pavé.

La ſenſibilité & le mouvement étant rétablis dans un paralytique, il faut prévenir le retour de leur perte, fortifier la partie affectée & tout le ſyſtéme nerveux, par les exercices actifs les plus violens, & dont les effets s'étendent

---

(1) Tout récemment on a eu recours à l'Electricité : il ſemblait qu'on devait tout attendre d'une commotion qui ne paraît épargner aucune partie ; cependant le ſuccès n'a encore répondu qu'imparfaitement à cette attente.

à toutes les parties du corps en général, tels que la promenade forcée à l'ardeur du ſoleil, la chaſſe, le jeu du volant, du mail, de la paume. Le dernier a cet avantage qu'il met également en action toutes les parties : & dès-lors il pourrait remplir la double indication de faire mouvoir les yeux & les paupieres qui reſtent ordinairement faibles, languiſſans & ſans vivacité.

L'expérience de la paume ſerait également utile, dans la paralyſie du pharinx ou de la langue, qui reſte quelquefois épaiſſe & lourde au point de balbutier en parlant; parce que dans ce jeu, on eſt ſans ceſſe excité à crier ou à parler, ſoit pour faire des appels, ſoit pour compter ſon jeu, &c. Continuons les maladies des différentes parties de de la tête, qui peuvent être paralyſées ou affectées de quelqu'autre vice particulier.

Le bégayement eſt quelquefois le réſultat de la paralyſie; d'autres fois il

eſt comme le bredouillement & d'autres vices à-peu-près ſemblables, le produit du relâchement ou d'un reſſerrement des muſcles de la langue, d'un épaiſſiſſement ou d'une humidité ſuperflue dans cet organe, d'une humeur viſqueuſe collée au bord de la glotte ou aux environs (1); d'une frayeur ſubite, ou enfin d'une trop grande précipitation à parler, qui s'étend quelquefois juſqu'aux idées.

Dans ces différens cas l'action de lire à haute voix, de déclamer ou de parler lentement, paraiſſent très-bien indiquées, & c'eſt le ſeul moyen (ſi on en excepte les gargariſmes analogues aux indications curatives, & les opérations chirurgicales ſur le filet de la langue, quand il eſt trop gros ou trop court), de diminuer les grimaces qui accompagnent preſque toujours le bégayement, &c.

(1) C'eſt ce qui cauſe aux enfans la parole entrecoupée.

& d'accoutumer insensiblement les muscles de la langue aux différens efforts pour la prononciation. A force de recommencer ces tentatives, on peut acquérir à la longue la facilité de prononcer comme il faut toutes sortes de mots; cela est si vrai, que la plupart des personnes qui bégayent ou qui bredouillent dans une conversation familiere, cessent de le faire dans les occasions où elles sont obligées de s'écouter parler, & l'un des moyens le plus propre à diminuer le bégayement dans les enfans, ce serait de leur faire apprendre la musique de bonne heure, d'autant qu'en les accoutumant à la belle prononciation du chant, ce serait les accoutumer insensiblement à une bonne articulation pour la conversation.

Au reste la plupart de ces défauts venant quelquefois de ce que les enfans se pressent de parler avant que d'avoir une idée bien claire de ce qu'ils veulent dire, il arrive souvent que, faute de cette

idée claire, ils ont de la peine à trouver leurs mots, & que cette peine paraît ſur leur viſage; ce qui eſt une difformité. A cela je ne vois d'autre remede que de conſeiller aux enfans ou aux perſonnes atteintes de ce défaut, une grande attention ſur eux-mêmes pour ne rien énoncer avant de l'avoir bien conçu. C'eſt l'avis de Deſpréaux, qui peut être cité ici ſans inconſéquence :

» Ce que l'on conçoit bien, s'énonce clairement,
» Et les mots, pour le dire, arrivent aiſément.

Les différens défauts dont nous venons de parler, pourraient encore ſe corriger par le moyen dont ſe ſervoit Démoſthenes avec tant de ſuccès. L'on ſait que cet Orateur ne parvint à vaincre le défaut d'organe qu'il avait reçu de la nature qu'en ſe mettant dans la bouche de petits cailloux, & en prononçant pluſieurs vers de ſuite à haute voix. A l'aide de ce moyen & de pluſieurs autres qu'il employait encore, il parvint

à corriger chez lui la nature par l'art, & égaler la netteté & la beauté de ſon organe à celle de ſon éloquence & de ſon génie.

L'on m'a fait connaître un Acteur qui avait corrigé chez lui un bégayement conſidérable par les mêmes moyens que Démoſthenes.

Ajoutons encore quelques mots ſur l'organe de la voix & ſur les autres défauts auxquels il eſt ſujet.

L'organe de la voix eſt ſujet à pluſieurs incommodités, telles que le relâchement, la faibleſſe des parties qui contribuent à ſa formation, & quoique leurs cauſes ſoient quelquefois différentes, néanmoins elles ſont ſoumiſes aux mêmes indications curatives, & il n'y a de différence dans l'application du mouvement indiqué, que par ſon degré & ſa durée.

C'eſt ainſi que dans l'eſpece d'enrouement cauſé par une humidité ſuperflue dans le larynx, & dans le relâchement

des cordes vocales, c'eſt une indication de donner du reſſort à ces parties & de les dégorger. Mais comme on ne peut en venir à bout qu'en les ébranlant avec force, il faut avoir recours à l'action de crier & de chanter.

La voix eſt-elle trop faible pour avoir gardé trop long tems le ſilence? ce qui arrive communément à ceux qui relevent d'une longue maladie, ou qui ont eu une vive eſquinancie, c'eſt alors que l'action de chanter, de déclamer de tems en tems pendant le jour, peuvent facilement corriger ce défaut.

Mais ſi cette faibleſſe de la voix provient de la faibleſſe du poumon, parce que la circulation y eſt lente ou que les bronches ſont embarraſſées par la mucoſité, comme dans l'aſthme humide; il eſt clair qu'il faut alors favoriſer la circulation dans ce viſcere, & ce n'eſt que par le mouvement qu'on peut obtenir cet effet: cette idée eſt conforme aux principes que nous avons

établis, car lorſqu'on a des ſucs nourriciers à attirer dans une partie, ou un fluide nuiſible à faire ſortir, l'exercice de la partie même accomplit ces effets. Mais dans ces différens cas il faut faire choix des exercices de la voix, les plus modérés, s'arrêter de tems en tems, lorſqu'on ſe ſent fatigué, & reprendre lorſqu'on a acquis de nouvelles forces. Inſenſiblement les aſthmatiques rendront le jeu de leur poitrine plus libre; mais ces exercices ne doivent avoir lieu que hors le tems de l'accès.

Il exiſte encore un préjugé de défendre la muſique aux jeunes perſonnes qui ont l'organe de la voix faible & la poitrine délicate; l'expérience journaliere prouve le contraire. Je tiens de pluſieurs gens de l'Art, qui ont vu, dans des couvens, de jeunes penſionnaires très-délicates menacées de pulmonie, dont la vie paraiſſait prête à s'échapper au moindre ſouffle, & dont la mauvaiſe conſtitution a changé en ſe

donnant à la muſique vocale. On les inſtruiſait ſans les contraindre, on paraiſſait ne vouloir que les amuſer, & par ce moyen on réuſſiſſait à les former & pour la force & pour le talent.

Puiſqu'il eſt d'expérience que les maladies & les incommodités des meres ſe communiquent aſſez ſouvent à leurs enfans, puiſque les meres aſthmatiques & qui ont la poitrine délicate, font ordinairement des enfans délicats qui pechent par la faibleſſe de cet organe, pourquoi ne propoſerait-on pas à ces meres de faire uſage des exercices modérés de la voix? Si elles ne détruiſaient pas leur propre infirmité, elles pourraient au moins en délivrer leurs enfans. Cette idée ſerait d'autant moins à rejeter que nous la croyons fondée ſur le méchaniſme des parties, & ſur les lumieres de de la phyſiologie.

En effet les ſecouſſes alternatives des poumons accélerent l'aſſimilation des liqueurs

liqueurs de la mere, & favoriſent celle des ſucs de l'enfant. Le placenta, dont les mouvemens répondent à ceux de la poitrine & du bas-ventre de la mere, étant plus ſecoué, agit avec plus de force ſur la matiere chileuſe qu'il reçoit & en rend l'aſſimilation plus parfaite; & c'eſt à l'aide de cette économie que l'enfant nourri de bons ſucs, profite & jouit d'une organiſation parfaite.

§. III.

Maladies du Tronc.

Les maladies aiguës de la poitrine, ſoit de cauſe interne, ſoit de cauſe externe, n'ayant pas été terminées par la révolution, donnent quelquefois lieu à des dépôts enkiſtés dans la ſubſtance du poumon. C'eſt, de l'aveu de tous les Praticiens, une maladie dangereuſe & des plus cachées.

Dès qu'on eſt ſûr qu'il exiſte une vomique dans le poumon, il eſt impor-

tant d'en procurer la rupture pour la faire vuider par l'expectoration : au lieu que ſi on attendait qu'elle s'ouvrît dans la cavité de la poitrine, le pus s'y épanchant, l'étouffement pourrait s'en ſuivre, & l'on n'aurait peut-être pas le tems de faire l'opération de l'empyeme. C'eſt donc une indication de mettre en uſage tous les moyens capables d'exciter les différens efforts du corps & de la poitrine, tant par les différens exercices de la voix que par les exercices paſſifs.

Les exercices de la voix ſemblent bien indiqués en ce cas ; mais ils peuvent auſſi, en dégorgeant trop bruſquement le ſac, inonder les bronches & ſuffoquer le malade : d'ailleurs ces exercices ne ſont pas toujours du goût des malades attaqués de la vomique.

Les ſecouſſes d'une voiture, celles que le trot du cheval occaſionne (ſi les forces ne ſont pas trop épuiſées), procureraient plus efficacement & plus ſûrement la rupture de la vomique.

Cependant il ne ſuffit pas pour la guériſon qu'on ait rendu le pus contenus dans l'abcès du poumon ; pour peu qu'il en reſte, il peut donner naiſſance à l'inondation purulente de la partie affectée, à l'étiſie, à la phthiſie, à l'aſthme, &c. ce qu'il eſt important de prévenir en entretenant l'expectoration par tous les moyens connus, & notamment par l'exercice agiſſant ſur les viſceres de la poitrine.

Mais comme tout exercice un peu violent pourrait cauſer l'émophthiſie ou une inflammation mortelle dans le poumon, on doit alors faire choix des exercices paſſifs les plus modérés, tels que la chaiſe à porteurs, la litiere, la voiture traînée lentement ſur la pelouſe, le mouvement d'un bateau ſur un fleuve tranquille, &c. (1) & c'eſt le matin

(1) *In debilibus ægris à vectione in curru præſtat incipere ; dein creſcentibus viribus equitatio ſuadetur ; hæc autem exercitia optimè conducunt matutinis horis*

ſur-tout qu'on doit faire uſage de ces exercices ; parce que les crachats ayant acquis une certaine coction pendant la nuit, l'expulſion de la matiere purulente en ſera plus facile, d'autant plus que l'air du matin, hors des villes & à la campagne, devient en même tems un bon antiſeptique & un excellent déterſif.

Les malades ayant acquis un peu plus de forces par ces exercices, c'eſt alors qu'on peut leur preſcrire celui du cheval, d'abord au pas, enſuite au trot; il a les plus grandes influences ſur la poitrine, étant pris ſur-tout le matin & à la campagne. *Nihil magis confert aſthmaticis quàm debita equitatio & mora in aere ruſticano*, dit Bagliv[i].

L'expérience avait appris à Sydenham à faire tant de cas de l'équitation, qu'il la croyait propre à guérir ſans autre

---

poſt leve jentaculum; pleno enim ventriculo difficilius ferunt equitationem, vel & vectionem, tales ægri Vanſvieten. T. 4, p. 88.

ſecours, les maladies déſeſpérées de la poitrine, pourvu que le dévoiement, ſi fatal dans ces circonſtances, ne fût pas encore parvenu au point d'occaſionner des ſueurs nocturnes. Il rapporte à ce ſujet des obſervations curieuſes, & il avertit en même tems que ce n'eſt qu'autant que cet exercice eſt continué long-tems, qu'on peut ſe flatter d'une guériſon radicale.

Il n'eſt pas inutile d'être prévenu des ſignes certains que l'exercice du cheval fait du bien dans ces cas-là : c'eſt qu'au lieu d'augmenter la vîteſſe du pouls, il la ralentit, c'eſt-à-dire, qu'il doit être moins fréquent une demi-heure après être deſcendu de cheval, qu'avant d'y être monté ; c'eſt auſſi lorſqu'il augmente les forces, qu'il procure un bien-être, qu'il diminue la toux & l'oppreſſion.

Les voyages de long cours, ſoit à cheval, ſoit en voiture ou à pied, ſuivant les forces & les circonſtances, ſont encore très-avantageux dans la cure de

ces maladies chroniques du poumon, & ſur-tout à la fin de la guériſon de l'empyeme. Ils contribuent infiniment à rétablir les fonctions de l'économie animale, & par le changement d'athmoſphere qu'ils exigent, ils ſont de beaucoup préférables à de petites courſes ou l'on ne ferait que paſſer & repaſſer ſur le même terrein.

Nous ne pouvons nous refuſer au plaiſir de rapporter ici une ruſe d'un célebre Médecin, homme de beaucoup d'eſprit. Il envoyait toujours au loin de tels malades, quoique languiſſans. Les eaux minérales n'étaient jamais chez lui que le prétexte, la néceſſité du voyage le motif.

Entr'autres il en envoya un à Spa qui avait la plus grande confiance en lui; mais à peine le malade y fut-il arrivé qu'il reçut une lettre de ſon Médecin, par laquelle il lui marquoit qu'après avoir réfléchi plus mûrement ſur ſon état, il jugeait que les eaux de

cet endroit ne lui convenaient plus, & qu'il fallait aller promptement à celles de Bareges. En y arrivant, autre lettre du Médecin qui l'avertiſſait, en vertu d'une nouvelle conſultation faite ſur ſa maladie, de ſe rendre ſans délai aux eaux de Saint-Amant : mais le malade écrivit en chemin à ſon Médecin qu'il n'avoit plus beſoin d'eaux minérales & qu'il retournerait bien guéri. C'était juſtement ce qu'attendait ſon ſavant Eſculape.

La navigation eſt encore un autre moyen bien ſalutaire, qu'on pourrait preſcrire à ceux qui en ont la commodité. Si l'on en croit les deux Pline, les Médecins Romains envoyaient les pulmoniques à Alexandrie en Egypte, non ſeulement pour leur faire changer d'air, mais encore principalement pour les expoſer à un plus long exercice. C'eſt ce qui a fait dire à Celſe : *Si vera phthiſis eſt, opus eſt longâ navigatione.*

Maladies du bas-ventre.

Il y aurait de quoi faire un volume, s'il fallait diſcuter les indications du mouvement dans la cure des maladies chroniques du bas-ventre. Il ſuffit ici que nous en donnions un apperçu général.

Ainſi la faibleſſe & le relâchement de l'eſtomac, l'engorgement du foie, de la rate, du pancréas, & des glandes du méſentere (1); la jauniſſe, la cachexie, l'hydropiſie commençante & ſes ſuites, l'hypocondrie, l'état vaporeux, &c. &c. toutes ces maladies ayant pour cauſe des humeurs en ſtagnation dans la plupart des viſceres du bas-ventre, impoſent la néceſſité du mouvement.

Le Médecin doit donc le preſcrire, parce que les remedes pharmaceutiques,

(1) S'ils ne ſont pas encore parvenus à l'état de ſquirrhe, car alors notre Art n'offre plus de reſſources, & le mouvement ſerait alors nuiſible.

qui ſont indiqués dans la cure de ces maladies, ne pénetrent particuliérement qu'à la faveur de l'exercice, puiſqu'après avoir été digérés dans l'eſtomac, l'exercice les fait paſſer plus facilement dans le ſang.

Le malade doit encore en faire uſage, par la raiſon que la vie oiſive & ſédentaire étant une des cauſes éloignées de toutes ces maladies, le moyen de les rendre incurables ſerait que le malade reſtât dans l'inaction.

Cependant dans leur traitement on doit faire choix des exercices modérés qui étendent leur action ſur les parties malades, tels que la litiere, la voiture, l'équitation, & quelques-uns des exercices actifs des plus doux : car les exercices violens irriteraient au lieu de fortifier, & produiraient des accidens funeſtes, ſur-tout ſi le malade ſe trouvait échauffé, & ſi ſon corps était dans un état de ſéchereſſe.

Au reſte ce que nous avons dit ail-

leurs des bons effets de ces différens exercices, les regles gymnaſtiques que nous avons établies, & le rapport que ces différentes maladies du bas-ventre peuvent avoir avec les maladies chroniques de la poitrine, tout cela nous diſpenſe d'entrer dans de plus long détails. Contentons-nous de parcourir quelques maladies de la veſſie & de la matrice.

1°. L'incontinence d'urine, quand elle provient de la paralyſie ou du relâchement de cet organe; l'iſchurie veſſicale, qui vient de l'engourdiſſement ou de l'atonie de l'organe, ou de la proſtate gonflée par une humeur arthritique, ou par la préſence d'un abcès ſitué dans le canal de l'uretre ou dans les environs; ces deux maladies de la veſſie, quoique différentes entre elles par leurs effets, préſentent l'une & l'autre des indications du mouvement, ſoit pour donner du reſſort à la veſſie, dont l'action principale eſt de retenir ſon

fluide à propos ; ſoit pour aider ſon expulſion lorſque ſon ſéjour trop long peut y faire naître des accidens. Cette indication eſt ſi préciſe qu'on ne peut la méconnaître, puiſque les effets du repos & de la ſituation horizontale ne feraient qu'accroître les accidens.

Puiſque le mouvement eſt indiqué, il paraît que l'action de marcher, de ſauter, de monter & deſcendre, de mouvoir les bras, de ſe tenir le corps ſuſpendu par les mains eſt favorable aux indications. Car ces exercices, en étendant leurs effets ſur les muſcles abdominaux & ſur ceux qui entourent la veſſie, excitent une réaction même ſur cet organe. C'eſt une remarque qui a été faite par Fabrice d'Hilden, & qu'il appuie d'une expérience qu'il avait faite lui-même.

Octogenarium cum doloribus ex retentione urinæ, propter abſceſſum in ductu urinario, afflictatum, curandum habui ; qui ſpatio quatuor aut quinque dierum

urinam reddere non potuit, nisi porrectis in altum brachiis, & projectis in funem ad id aptatum manibus, atque ità reliquâ corporis mole extensâ, non secùs ac si torturâ afficeretur. Tandem rupto abcessu pus fœtidissimum emanavit, dolores ac reliqua symptomata remissa sunt atque sic pristinam sanitatem, quâ adhuc Dei beneficio fruitur, recuperavit. Cent. 1, p. 58.

Cette obſervation donne de nouvelles vues pour preſcrire des exercices qui, par l'action muſculaire, étendraient leurs effets ſur une partie affectée par un amas de pus en maturation, pour faire crever le kiſte, ſur-tout lorſque ces abcès ſont ſitués profondément dans les chairs, & dont l'opération ſerait dangereuſe à faire. Il eſt aſſez ordinaire de voir des clous ſitués dans des parties ſoumiſes à certains mouvemens du corps, s'ouvrir par les moindres efforts que des ouvriers font en travaillant.

2°. Les pâles couleurs, la ſuppreſſion des regles, qui mettent ſouvent obſtacle

à la guériſon de certaines maladies chirurgicales, juſqu'à ce qu'on ait rappellé leur écoulement, ſont communément le fruit de l'indolence & de l'opiniâtre oiſiveté des femmes, & le réſultat du défaut d'action des ſolides ſur les fluides.

L'indication principale étant de ranimer la circulation dans le ſyſtême méſentérique, de détruire les principes d'obſtruction, d'exciter une pléthore locale pour hâter le retour de l'écoulement périodique, on doit avoir recours aux exercices capables d'imprimer des ſecouſſes aux viſceres du bas-ventre : ainſi l'action de marcher, de monter & de deſcendre, de courir, de frotter, de danſer, &c. ſont ce qu'il y a de plus convenable.

« Il faut, dit Paré, que la malade » chemine, ſaute, travaille, danſe, » monte & deſcende ſouvent ; qu'elle » tire de l'eau d'un puits, & autres exer- » cices, ſi elle les peut ſupporter ».

Ces exercices étant faits par degrés, & répétés tous les jours, c'eſt alors qu'on voit la bouffiſſure du viſage s'évanouir ; que les joues & les levres brillent des plus vives couleurs ; que tout le corps reprend ſa force & ſon embonpoint naturel. Auſſi guérit-on plus ſûrement & plus promptement par ces moyens ſimples & naturels, que par tous les remedes pharmaceutiques, & ſur-tout par les ſaignées du pied, que l'ignorance ou le préjugé ont adoptées.

3°. Diſons un mot ſur les moyens de faire expulſer les corps étrangers introduits dans l'eſtomac ou les inteſtins.

On ſait qu'il eſt important de ne les y laiſſer ſéjourner que le moins poſſible, pour prévenir de plus grands accidens. L'exercice du cheval, par des ſecouſſes légeres, eſt bien indiqué dans ce cas-là, pour dégager le corps étranger ; mais avant que d'y monter, on doit tous les jours prendre un lavement,

pour qu'en entraînant les matieres, on facilite l'ouverture du paſſage au corps étranger. Dans ce cas-là encore le pas du cheval doit être préféré au trot & au galop, dont les ſecouſſes vives & fortes, pourraient exciter des déchiremens ou des contuſions aux parties expoſées au choc du corps étranger. Cet exercice eſt meilleur le matin, & il faut le continuer juſqu'à ce que le corps étranger ſoit ſorti.

C'eſt ainſi que M. Vigne, Chirurgien-Major des Gardes-du-Corps, s'eſt conduit avec ſuccès à l'égard d'un Officier qui avait avalé un écu de ſix livres, qui ne parvint aux inteſtins qu'après avoir cauſé les accidens les plus inquiétans; il ſortit enfin par le ſecours de l'exercice du cheval au pas (1).

(1) Voyez la Gazette Salut. année 1775 ou 1776.

§. IV.

Maladies des extrêmités.

La goutte, le rhumatiſme, les ankiloſes, les roideurs d'articulations, la paralyſie, l'atrophie, & la plupart des autres maladies chroniques qui attaquent les extrêmités, reconnaiſſent à-peu-près les mêmes cauſes, & préſentent toutes des indications du mouvement. Tâchons, pour abréger, de généraliſer les objets.

Des Maladies Arthritiques & Rhumatiques.

La goutte & le rhumatiſme ont beaucoup d'affinité entr'eux, & leur cauſe paraît être attribuée à la viſcoſité & à l'acrimonie des humeurs : auſſi voit-on que le rhumatiſme le moins équivoque dégénere en vraie goutte, ou que ces deux maladies confondues donnent lieu à ce qu'on appelle *Rhumatiſme goutteux* ;

la cure de l'un peut donc être appliquée à l'autre.

Le défaut de mouvement donnant lieu aux déſordres qui réſultent de ces maladies, & le travail de la nature, pour en diſſiper les accès, ne nous permettant pas de douter que c'eſt à une augmentation de mouvement qu'eſt due la criſe ſalutaire qui les diſſipe, il eſt clair que le mouvement doit être le meilleur moyen de combattre & de prévenir ces maladies : *Otium podagram facit ; ſanat verò exercitium*, dit Baglivi. Examinons cependant dans quel tems le mouvement leur eſt néceſſaire, & de quelle eſpece.

La fievre, l'enflure & la douleur fixée dans quelque partie du corps & quelquefois dans toutes les articulations en même tems, décelent ordinairement un accès violent de goutte ou de rhumatiſme. L'état du malade eſt affreux, l'action de ſes muſcles eſt ſuſpendue, le moindre mouvement augmenterait ſes ſouffrances ; il craint le ſecours de tous

ceux qui voudraient l'aider ; il ne peut pas ſoutenir le poids des couvertures, & le mouvement qu'on imprime au plancher, en marchant dans la chambre du malade, redouble ſes douleurs, &c.

Cet état eſt à-peu-près le même que celui des maladies aiguës ; il en impoſe aſſez pour preſcrire au malade un grand & parfait repos, car tout ce qui trouble, dérange la marche de l'accès, retarde la criſe & tend à tranſporter la matiere de la goutte ſur des parties nobles.

Il y aurait cependant un très-grand inconvénient de laiſſer le malade dans une immobilité totale ; il ſerait bientôt perclus de tous ſes membres, ſi on ne le remuait pas de tems en tems avec des alaiſes placées ſous le dos & ſous les cuiſſes, tant pour diminuer la trop grande chaleur du lit que pour changer de ſituation le corps & les membres ſouffrans, & diminuer par ce moyen les douleurs inſupportables.

La grande violence du mal étant en partie diminuée, les douleurs que les malades reſſentent encore, & la grande difficulté qu'ils ont à ſe remuer, ſembleraient devoir empêcher l'uſage du mouvement qui eſt alors le meilleur remede. Cependant il faut abſolument l'entreprendre, & hâter le retour des forces dans les parties affaiblies par des frictions ſeches, & recourir enſuire à l'uſage des exercices paſſifs les plus modérés, d'abord en ſe conformant exactement aux conſeils que nous avons donnés à l'article des convaleſcens. *Podagrici, ſi aliter exerceri non poſſint, exerceantur voce, ſcilicet, vel libros altâ voce legendo, vel cum amicis colloquendo, vel canendo. Aſſidua namque lectio, & cantus recenſentur à Plutarcho inter genera exercitii.* Baglivi Oper. lib. 1, cap. 9.

Le malade éprouvera bientôt que le mouvement du carroſſe lui cauſera moins de douleur qu'il n'en reſſentait lorſqu'il demeurait au lit ou aſſis dans ſon fau-

teuil. Un autre avantage c'eſt qu'étant un peu fatigué par cet exercice paſſif, où par quelques pas de promenade très-modérés, il dormira mieux la nuit ſuivante; au lieu que l'inaction & les douleurs permanentes éloignent le ſommeil, & que d'ailleurs ces exercices, pris peu de tems après la ceſſation des grandes douleurs, ſont capables d'empêcher la génération de la pierre, dont la matiere premiere, au rapport de M. Hales, eſt exiſtante dans les goutteux. *Quieſcere non conducit, ſed exerceri....* dit Hypocrate. *Locis temperatis & in ære puro fiant exercitia... eſt enim deſidia imprimis noxia*, ajoute Galien (1).

(1) Il y a quelque tems que je rencontrai un goutteux qui était aſſis ſous une charmille; je lui obſervai qu'il était dangereux pour lui de ſe repoſer trop long tems à l'ombre; que l'ardeur du ſoleil lui était préférable; il n'eut pas l'air d'ajouter foi à ce que je diſais. J'ai ſu depuis, que deux jours après il fut attaqué d'un nouvel accès, plus violent que celui qu'il avait eu quinze jours auparavant. Croit-on que la fraîcheur de la charmille n'y ait pas contribué?

Le plus grand fruit que ces malades retirent alors d'un exercice constant & assidu, c'est qu'il les empêche de devenir impotens, ainsi qu'il arrive à plusieurs après un ou deux accès un peu longs.

En effet si les goutteux ne se donnent aucun mouvement, s'ils n'étendent point les jambes, sur-tout lorsque la douleur occupe le genou, les ligamens alors restent dans un état de contraction, les jambes & les pieds perdent la liberté de leurs mouvemens & se contournent de différentes manieres, par la présence des concrétions plâtreuses ou cretacées, qui se sont fixées aux articulations. Il arrive à-peu-près la même chose aux rhumatisans, sur-tout lorsque cette maladie est bornée à quelque membre. Rien n'est donc plus efficace que l'action des muscles qui en sont le siege. Ce remede est, à la vérité, cuisant, mais il opere bien.

Ainsi dès que les mouvemens des ar-

ticulations commencent à être libres, ou plutôt dès qu'on eſt délivré du paroxiſme, & s'il n'y a pas d'autre maladie particuliere qui contr'indique le mouvement, on doit travailler à achever la guériſon & à prévenir le retour de la maladie, par l'uſage journalier des exercices actifs qui mettent le plus en mouvement les parties qui ont ſouffert.

Par exemple, outre les frictions, qui doivent toujours précéder les exercices, on peut faire uſage de la promenade, de l'action de marcher par des chemins raboteux; les jeux du volant, de la paume, la chaſſe, les armes, la danſe, les travaux de l'agriculture, &c. acheveront de fortifier & de rétablir les mouvemens des parties.

Ces ſecours directs que la Gymnaſtique médicinale offre aux goutteux, ne ſont pas toujours du goût de la plus grande partie de ceux qui ſont ſujets à cette cruelle maladie, ſur-tout aux vieillards naturellement pareſſeux, & diffi-

ciles à remuer. Il eſt cependant certain que, pour ſe garantir de ſes retours, ils devraient vivre du moins de tems en tems, à-peu-près comme nos artiſans & nos manœuvres; ou bien comme cet heureux Payſan, dont les articulations ſont ſi déliées & que nous voyons, après un repas frugal, ſe repoſer avec délice ſur le gazon qu'il a ſemé & ſous les arbres qu'ont plantés ſes mains.

De la roideur des articulations & de l'ankiloſe.

La roideur des articulations & la courbure des jointures, qui donnent le plus ſouvent naiſſance à l'ankiloſe, ſont ordinairement cauſées par la contraction des ligamens & des tendons des muſcles, qui retirent les parties & qui les tiennent raccourcies, comme on le voit après la guériſon des fractures, des luxations, de la goutte, du rhumatiſme, de la paralyſie, des plaies compliquées, &c. qui ont exigé un

long repos pour leur guériſon ; ou enfin par la négligence du Chirurgien, pour n'avoir pas eu ſoin de faire mouvoir les articulations ſur la fin des panſemens ; & ſi, par le repos forcé, ou par telle autre cauſe, la ſinovie s'épanche, s'épaiſſit, ſe deſſeche, ſe durcit & engorge les glandes ſinoviales, la coëffe ligamenteuſe, les cartillages des articulations, &c. elle ſoudera bientôt les ſurfaces des os les uns avec les autres, d'où réſultera l'ankiloſe.

Cela poſé, il eſt évident que l'indication curative eſt de prévenir la perte de l'élaſticité des muſcles & des ligamens, de s'oppoſer à l'épaiſſiſſement de la ſinovie lorſqu'il s'opere, & de rappeller cette humeur lubréfiante à ſa premiere fluidité ; lorſqu'elle a acquis une conſiſtance contre nature, qui gêne & qui anéantit même des mouvemens qu'elle était deſtinée à favoriſer.

Or le meilleur moyen de ſatisfaire à cette indication, eſt l'emploi du mouvement

vement des articulations, car aucun autre remede ne peut y ſuppléer. Cependant il y a des cas où des contr'indications manifeſtes s'oppoſent à ſon emploi dans certaines ankiſoſes ; & d'autres où ce moyen curatif doit être appliqué avec autant de précaution que d'intelligence. Expliquons-nous plus en détail.

Si l'ankiloſe, par exemple, eſt le réſultat de l'état maladif des os, ſoit dans leurs faces articulaires, ſoit dans le voiſinage des articulations, & qu'il y ait inflammation, gonflement des ligamens & des aponévroſes muſculaires ; la ſoudure des articulations étant le plus ſouvent regardée comme une reſſource offerte par la nature, pour la conſervation d'un membre ; dans ces cas il paraît qu'au lieu de s'oppoſer à cette maladie, l'art doit plutôt mettre en uſage tout ce qui peut la favoriſer. Car le mouvement même le plus modéré, s'il était employé, exciterait des déſordres, augmenterait les accidens dont

la ceſſation ne peut trouver de reſſources que dans le ſacrifice du membre par l'amputation.

Si dans d'autres circonſtances où l'ankiloſe ne peut pas être regardée comme un bienfait de la nature, le mouvement de la partie eſt le ſeul moyen ſur le ſuccès duquel on puiſſe compter; il n'y a pas juſqu'aux cas qui ſemblent le plus éluder ſes effets ſalutaires, où l'on ne puiſſe y avoir recours avec confiance.

Dans les luxations, par exemple, où les malades abuſent trop long tems du repos, que la regle a preſcrit au commencement, le mouvement eſt bien important pour prévenir la rigidité des ligamens & par la ſuite l'ankiloſe. C'eſt pour éviter cet accident qu'on doit, peu de jours après, lorſque la douleur & le danger de l'inflammation ſont paſſés, faire faire quelques légers mouvemens à la partie avec toutes les précautions requiſes en pareil cas.

Si les os ſont briſés dans les arti-

culations, l'épanchement du ſuc oſſeux dans ces parties ſemblerait devoir néceſſiter l'ankiloſe ; cependant l'expérience des Maîtres de l'Art démontre que le mouvement dirigé avec intelligence peut la prévenir ; mais dans ce cas il faut attendre que le cal ſoit déjà un peu formé, crainte de renouveller la fracture. Les petits mouvemens doux qu'on donnerait en tous ſens à la partie pourraient affaiſſer alors la ſaillie du cal, & à la fin le jeu de l'articulation pourrait peut-être ſe rétablir.

Si au contraire la roideur des articulations, l'épaiſſiſſement graduel de la ſinovie, qui forme une ankiloſe, proviennent de la goutte, de la paralyſie, d'un très-long repos, ou d'une inaction outrée des articulations, ſans ſolution de continuité aux parties dures & molles, & ſur-tout ſans inflammation & ſans douleur; alors il ſuffit de rappeller peu-à-peu les articulations à leur mouvement ordinaire, ſoit par l'action ſeule des

muſcles qui s'y attachent, commandée par une volonté ferme qui ſurmonte la douleur des premiers mouvemens, ſoit par cette action augmentée par des forces extérieures.

Il eſt donc bien démontré que, pour prévenir & remédier à la rigidité des muſcles & des ligamens articulaires, à la diſpoſition & à la formation de l'ankiloſe, le mouvement eſt propre à ſatisfaire aux indications curatives : mais la connaiſſance du moyen curatif n'eſt pas ſuffiſante, il faut encore ſavoir dans quel tems de la maladie ſon emploi eſt de précepte ; comment & à quel degré on doit en faire uſage, relativement aux circonſtances & aux ſuites de la maladie. C'eſt ce que nous allons examiner.

Nous avons dit plus haut qu'on ne devait commencer à remuer les articulations que quand la violence des douleurs, l'inflammation & le gonflement ſont paſſés : il ſerait dangereux de les

mouvoir, tant que les accidens perſiſtent, puiſqu'ils peuvent augmenter. C'eſt pour l'avoir fait trop tôt, qu'on voit ſurvenir du gonflement, des échimoſes conſidérables, l'inflammation, la douleur, des convulſions, &c. à la ſuite des mouvemens inconſidérément excités dans cette circonſtance, & que l'on eſt forcé à renvoyer bien loin l'emploi de ce moyen ſalutaire, qui ne manque ordinairement ſon but, que parce qu'on a négligé les précautions propres à en aſſurer le ſuccès.

Ainſi, dès que le tems de la maladie permet l'emploi du mouvement, on doit avoir la précaution, à chaque panſement (ſi les malades ne peuvent le faire eux-mêmes), de mouvoir doucement les parties ſans rien forcer, pour ne point attirer une nouvelle fluxion qui pourrait devenir plus fâcheuſe que la premiere; & dans ces tentatives de mouvemens, qui doivent être continuées tous les jours, en les augmentant par

degrés, il ne faut donner que celui que la conſtruction de l'articulation permet. Par exemple, on ne remuera en rond que les articulations par genou ; on étendra, on fléchira ſeulement les articulations par charniere, ſe gardant bien de porter ces mouvemens au-delà des bornes preſcrites par la conformation naturelle.

Si au contraire l'humeur ſinoviale, ou celle du cal, (répandue dans l'articulation ou dans ſes environs), avaient déjà acquis trop de denſité & que l'épaiſſiſſement des ſucs qui rempliſſent les filieres des ligamens & des aponévroſes leur eut donné trop de roideur, pour que le mouvement ne pût être employé qu'avec des douleurs très-vives ; il faut bien ſe garder d'inſiſter trop opiniâtrément ſur ce moyen. C'eſt alors qu'il faut mettre en uſage les frictions, pour ſuppléer aux mouvemens de l'article, & les combiner avec l'uſage des moyens curatifs pris dans la claſſe de ceux qui ſont propres

à remuer les ſolides & les liquides épaiſſis dans la partie affectée. Tels ſont les fomentations, les bains, & ſur-tout les douches, qui, outre l'atténuation de l'humeur épaiſſie, (par le moyen des parties aqueuſes qui peuvent alors pénétrer juſqu'à elle), y excitent encore du mouvement & de la raréfaction.

En effet les douches d'eau chaude, données de fort haut, (cependant avec gradation), afin qu'elles pénetrent mieux, ont la faculté de broyer méchaniquement les ſucs épaiſſis, par les chocs & les ſecouſſes qu'elles y portent; ils ſont comme pétris par cet agent qui, par ſa maniere d'agir, molle, douce & uniforme, aſſouplit encore les ligamens & les aponévroſes engorgées, & devient par-là un excellent précurſeur du mouvement actif, qui doit rendre aux pieces articulées la liberté de leur jeu, & faire diſſiper l'ankiloſe.

Le malade pourrait ajouter aux douches quelques mouvemens modérés qu'il

exciterait lui-même, autant qu'il le pourrait, pour accoutumer les muſcles engourdis aux contractions & aux extenſions alternatives, que les fléchiſſeurs & les extenſeurs ſe procurent réciproquement, quand ils agiſſent les uns après les autres.

Lorſqu'on eſt aſſuré que la ſinovie eſt atténuée & aſſez ramollie pour être réſorbée par le mouvement, & que la partie peut être expoſée, ſans danger, aux effets des différens exercices propres à la rétablir dans ſon premier état (1);

---

(1) C'eſt encore ici un de ces cas de pratique, où les gens de l'Art ſont le plus ſouvent contrariés : les parens, les amis du malade lui vantent des fomentations, des linimens, des pommades ſpécifiques, des fumigations; ils lui font envelopper la partie affectée dans la peau d'un animal qu'on vient d'écorcher, ou inſinuer dans la gorge d'un bœuf lorſqu'il eſt encore chaud.

Impatientés du peu de ſuccès, ils s'adreſſent à un Renoueur, qui inſiſte ſur les onguens, ſur des embrocations faites avec du ſuif & l'urine du malade; ou bien il pétrira, broyera la partie avec force, il excitera des mouvemens dangereux, dont les ſuites

c'eſt alors qu'on doit en diriger le choix d'après leur action particuliere & immédiate ſur la partie privée de ſes mouvemens ordinaires ; en obſervant de commencer par l'uſage des exercices modérés, & de ne preſcrire les plus violens qu'aux malades qui ont recouvré leurs forces & qui ſe ſont déjà accoutumés par degrés à ces ſortes d'exercices.

Par exemple, ſi c'eſt l'articulation de l'humérus avec l'omoplate qui a ſouffert

---

obligent quelquefois au ſacrifice du membre : & ce qu'il y a de plus impudent, c'eſt qu'il perſuadera au malade & aux parens qu'il a été obligé de recaſſer ou de déplacer le membre qui, ſuivant lui, avait été mal réduit, &c. &c.

Au ſurplus, d'après les faits que nous avons recueillis dans pluſieurs hôpitaux, à Aix-la-Chapelle ſur-tout, nous nous croyons fondés à penſer, à décider même que l'on perd un tems conſidérable par l'uſage de ces topiques ; que les douches naturelles ou artificielles ſont beaucoup plus efficaces ; que les meilleurs moyens que l'on puiſſe employer pour diviſer & atténuer la ſinovie, & pour alonger les tendons racourcis, ſont les mouvemens modérés & fréquens, & quelquefois un peu forcés, ayant toutefois égard aux accidens qui accompagnent la maladie.

de l'ankiloſe ; ſi les bras ſont atrophiés, affaiblis, ou ſe reſſentent encore des effets de la paralyſie, &c. rien n'eſt plus propre à achever la réſorbtion de la ſinovie, à rétablir le jeu de cette articulation, & à redonner de la force aux bras, que l'action de tourner une roue avec ſa manivelle, de ſcier du bois, de limer, de ſe ſervir du virebrequin, de lancer des pierres avec une fronde, de faire des ricochets avec des pierres ſur la ſurface de l'eau, & tous les autres exercices qui font mouvoir dans tous les ſens, la tête de l'humérus dans la cavité. On a vu plus d'une fois les Ouvriers qui ſe ſervent de la lime, de la ſcie & du tour, recouvrer les mouvemens de leurs bras engourdis ou paralyſés, dès qu'ils ont eu aſſez de forces pour retourner à leurs atteliers.

Si les mouvemens de l'articulation de l'humérus avec le cubitus, & ceux du cubitus avec le radius ſont encore obſcurs, difficiles & gênés par les reſtes

d'une ankiloſe ; ſi les muſcles & les ligamens de ces articulations ſont roidis, au point qu'on ne puiſſe preſque pas étendre le bras ou le fléchir, ni faire les mouvemens de ſupination & de pronation ; & ſi l'articulation de ces mêmes os avec le métacarpe eſt également endommagée : quoi de plus propre à remplir les indications curatives, que l'action de faire des trous dans du bois avec la vrille, de ſe ſervir du rabot, de la varlope, de jouer du violon, de tirer des armes ! Quels exercices plus agréables & plus modérés que les jeux du billeboquet, du billard, du palet, des quilles, &c. ! Mais ce qui ſerait plus efficace pour l'ankiloſe du coude ou la roideur de cette articulation, ce ſerait l'action de ſonner, de tirer de l'eau d'un puits, de grimper à un arbre, ou pour plus grande commodité, étant chez ſoi, ce ſerait de ſe ſuſpendre par la main, pluſieurs fois dans le jour, à une corde attachée au plancher & diviſée par nœuds.

De cette maniere on fait étendre peu-à-peu les muſcles, & l'on s'apperçoit inſenſiblement que le bras s'alonge à meſure qu'on peut atteindre à un nœud plus haut. Ajoutons encore que l'action de porter un poids un peu lourd, le bras étendu, ſeconderait l'indication.

Le jeu du volant, de la paume, qui, en même tems qu'ils font mouvoir toutes les articulations du bras & de l'avant-bras, exigent encore plus d'activité & de vîteſſe que les précédens, rempliraient parfaitement toutes les indications. Celui du ballon, qui exige plus de forces & de nerf pour le lancer, acheverait la guériſon que les autres auraient commencée.

Enfin, au rapport de Fabrice d'Hilden (1), les exercices violens des bras ſont propres à atténuer & à faire diſſiper les humeurs de nature rhumatiſante qui ſe nichent quelquefois dans l'aponévroſe

(1) Cent. 1, Obſ. 79.

brachiale. Il dit en avoir fait l'eſſai ſur lui même, & n'avoir pu guérir, quelques bons topiques qu'il eût employés, qu'en s'exerçant violemment des bras, & en les étendant avec force.

Si c'eſt le métacarpe ou les doigts qui ont beſoin d'être rétablis dans leur mouvement, les exercices qui mettent en action toute la main, comme de jouer du violon, du ciſtre, de toucher du claveſſin, &c. de coudre, de tricoter, d'écrire, &c. &c. ſont propres à ſatisfaire aux indications que l'on aurait de rétablir l'agilité de ces parties, de diſſiper l'engourdiſſement des muſcles extenſeurs & fléchiſſeurs (1).

A l'ignorance dans ces ſortes d'exercices, on en peut oppoſer d'autres, tels que de prendre du ſable à la poi-

(1) Cet engourdiſſement peut s'y trouver, & ſurvient ordinairement par le repos qu'on eſt obligé de garder pendant la cure du panaris, des brûlures, des plaies, des fractures & luxations qui affectent ou la main entiere, ou quelques doigts ſeulement.

gnée, de rouler un étui dans la main, de pétrir & de manier de la cire, de plier & d'étendre des lames de plomb, &c. On a ſouvent employé avec ſuccès ces ſortes d'exercices pour broyer & diviſer l'humeur tophacée qui s'était jettée dans les articulations des doigts de la main, à la ſuite des accès violens de goutte, & qui avait produit une eſpece d'ankiloſe.

Il eſt peut-être d'autres cas chirurgicaux concernant les extrêmités ſupérieures, où ces indications peuvent s'appliquer. Nous n'avons pas promis de tout dire.... Paſſons à la cure de ces mêmes maladies, lorſqu'elles attaquent les extrêmités inférieures.

Lorſque ces maladies ont affligé les extrémités inférieures, on doit également avoir recours aux exercices qui mettent en action ces parties, eu égard au tems de la maladie, & en commençant par les plus modérés; tels que la promenade, l'action de monter & deſcendre

tantôt des eſcaliers, tantôt ſur un plan incliné, le jeu de billard, du palet, l'action de nager, &c. dont les effets ſont de faire mouvoir modérément la tête du *fémur* dans ſa cavité, en même tems que l'articulation du genou & celle du pied.

Le plaiſir qui eſt annexé à la plupart de ces exercices eſt capable d'enhardir les malades à exécuter, ſans s'en appercevoir, des mouvemens propres à ranimer la circulation dans ces parties, à donner du reſſort & de l'activité aux muſcles ; à faire diſſiper les embarras que la goutte, la ſciatique ont occaſionnés dans les aponévroſes; à broyer & diviſer la ſinovie trop épaiſſe des articulations, & à délier celles-ci; à faire alonger les muſcles roidis ou retirés; enfin à procurer aſſez de force & de vigueur aux extrêmités inférieures pour les mettre bientôt en état de ſupporter d'autres mouvemens plus actifs & plus violens.

C'eſt alors que le jeu du volant, de la paume, du mail, du ballon, la danſe qui contraint de marcher vîte & de courir avec légéreté; la chaſſe qui force à chaque inſtant de marcher dans des chemins ſablonneux, pierreux, ou dans des terres graſſes & labourées, qui excite à monter, deſcendre, courir, ſauter les foſſés, eſcalader les haies; que le jeu des barres qui exige ſouvent que l'on courre à toutes jambes: c'eſt alors, dis-je, que tous ces exercices en mettant très-vivement en jeu les articulations des cuiſſes, des genoux & des pieds, contribueront beaucoup à diſſiper les reſtes de toutes ces maladies chroniques, & à achever leur guériſon commencée par l'uſage des exercices modérés.

Si cependant on avoit l'indication de déterminer ſur un côté affaibli du corps les forces néceſſaires; tous ces exercices, qui mettent preſque tout le corps en mouvement, ne pourraient convenir, &

c'eſt alors que le jeu du *ſaut à cloche-pied*, en étendant ſon action ſur tout le côté du corps, qui porte ſur le pied mis en action, y ſatisferait merveilleuſement. On voit aſſez ſouvent des enfans plus faibles d'un côté que de l'autre, à la ſuite du rachitis, & même des adultes à la ſuite de la paralyſie, &c. Si on leur inſpirait de l'attrait pour le jeu du *ſaut à cloche-pied* ſur la partie faible, amaigrie ou atrophiée, & qu'ils s'y adonnaſſent, on verrait bientôt l'inégalité des forces diſparaître. Car il ſuffit d'exercer une partie pour la fortifier, les eſprits s'y portent en abondance & lui donnent un volume, une conſiſtance qu'elle n'auroit pas eu. Un Danſeur a le gras de jambe fortement exprimé, un Crocheteur a les épaules énormes, chez un grand mangeur on trouve l'eſtomac très-diſtendu & très-fort.

On a cité quelquefois une obſerva-

tion de Ramazzini qui ſemble contredire le principe que nous établiſſons ; mais les gens inſtruits & les bons obſervateurs n'y verront qu'une contradiction apparente ; car autre choſe eſt d'exercer une partie de maniere à la faire jouir du bénéfice de l'exercice ; autre choſe eſt de fatiguer cette partie par des mouvemens aſſez long tems continués, pour qu'elle ne puiſſe fournir aux dépenſes qu'on exige d'elle (1).

---

(1) Un Ecrivain de profeſſion, qui gagnait beaucoup d'argent par ſon aſſiduité à ce travail, ſe plaignit d'abord d'une grande laſſitude au bras droit, laquelle ne céda à aucun remede. Il fut enſuite frappé d'une paralyſie parfaite. Cet homme s'habitua à écrire de la main gauche ; quelque tems après, elle éprouva le même ſort.

Cette obſervation & toutes celles de ce genre ſemblent prouver que les parties peuvent s'affaiblir par l'exercice. Elles le peuvent ſans doute, & ce qui fortifie les uns peut affaiblir les autres ; ce qui prouve que tout n'eſt que relatif. Développons un peu tout cela, & le fait de Ramazzini ne ſera plus pour nous ni une contradiction, ni une énigme.

Chacun ſait que la néceſſité où les Ecrivains ſont

§. V.

De l'Orthopédie, ou des difformités naiſſantes du corps en général.

Cette partie de la Chirurgie eſt peut-être la ſeule qu'on puiſſe taxer d'avoir été juſqu'ici ou négligée, ou beaucoup moins ſoignée que les autres. Ce n'eſt pas que beaucoup de gens de l'Art ne

---

de tenir ſans ceſſe la plume, & de la mouvoir pour écrire, laſſe leur main, & même tout leur bras, à cauſe de la tenſion continuelle & preſque tonique des muſcles & des tendons; ce qui fait qu'au bout d'un certain tems, leur main droite perd toute ſa force & s'engourdit.

Rappellons-nous encore ce que nous avons dit des mauvais effets du mouvement, eu égard à ſa longue durée, & les précautions que nous avons indiquées dans nos regles gymnaſtiques; dès-lors tout embarras ſera diſſipé, la contradiction entre le principe & les faits diſparaîtra, & ſi l'on veut bien ſe rappeller que c'eſt l'exercice modéré qui donne de la vigueur aux parties, & qu'elles ſe débilitent quand on les exerce immodérément & juſqu'à la fatigue; que c'eſt l'excès du mouvement qui eſt nuiſible, & non pas ſon uſage prudent: *s'exercer n'eſt pas s'excéder*, dit un Moderne.

s'en ſoient occupés ; mais leurs obſervations ſont ſi rares qu'on pourroit révoquer en doute ſinon leur talent, du moins leurs ſuccès.

Parlons plus vrai : c'eſt moins au défaut du génie de ces derniers qu'il faut attribuer le petit nombre de cures des difformités dans les enfans, qu'au manque de ſoins des peres, des meres, des bonnes & des précepteurs, qui les ayant toujours ſous les yeux, les abandonnent à toutes les mauvaiſes attitudes où ils ſe laiſſent aller. La plupart de leurs difformités en effet proviennent bien plus de cette négligence de la part de leurs entours, que de la mauvaiſe conformation que leurs membres ont pu recevoir de la nature, ou de l'inſuffiſance des gens de l'Art pour les guérir.

Conſultons à cet égard tous les Praticiens verſés dans l'*oſtéologie*, la *miologie*, &c. &c. que de moyens ils nous indiqueront ſoit pour prévenir, ſoit pour

corriger les difformités du corps dans les enfans, lorſqu'elles ne ſont pas anciennnes ſur-tout! Faire faire aux uns des mouvemens raiſonnés, contenir, ſoutenir les membres des autres dans un repos parfait & dans la ſituation la plus favorable; imaginer autant de moyens divers que le caractere de la maladie peut prendre de formes, & proportionner toujours ces moyens aux indications; voilà ce qu'une connoiſſance un peu approfondie des deux ſciences dont nous avons parlé, inſpirera & apprendra toujours à tous les gens qui voudront s'occuper de cette partie de l'Art de guérir.

Cependant parmi les ſecours que la Gymnaſtique chirurgicale peut nous offrir à cet égard, il eſt important de ſavoir que ſouvent il n'y a qu'un ſeul exercice du corps capable de réformer une difformité : on perdrait bientôt tout le fruit des premiers ſoins, ſi l'on interrompoit trop tôt cet exercice ſalutaire, ou ſi l'on faiſait uſage d'un autre dont

les mouvemens ſeraient contraires & totalement oppoſés à l'indication curative.

Parcourons rapidement les moyens qu'on peut oppoſer aux principales difformités ſoit du tronc, ſoit des extrêmités.

Des difformités du Tronc.

Les parties oſſeuſes du tronc, ſavoir les côtes & la colonne épiniere ſont ſuſceptibles de vices de conformation, que l'on a apportés en naiſſant, ou qui ſont le réſultat de quelques maladies : comme du rachitis, ou d'une mauvaiſe habitude contractée, enfin de l'enmaillotement & des corps baleinés.

La forme naturelle de ces parties oſſeuſes étant changée, les viſceres doivent ſe trouver gênés ; de là naiſſent toutes ſortes de déſordres dans l'économie animale, qu'on ne peut ſe flatter de guérir radicalement, tant que l'on ne remédie pas à la difformité qui leur a donné lieu.

Voici les indications curatives que l'Art peut nous fournir ſoit pour prévenir, ſoit pour corriger ces vices de conformation, contenir ou exercer les parties difformes ; c'eſt là tout le ſecret, il ne s'agit plus que de l'étendre & d'en faire l'application.

1°. Par exemple, ſi la poitrine eſt ſerrée, déprimée ou applatie, il faut tâcher d'augmenter ſa capacité. Or la Gymnaſtique brachiale nous fournit toutes ſortes d'exercices propres à cet effet : tels que l'action de ſcier, de piler, de ſonner, de ramer, de battre à la grange, de mouvoir une manivelle, & autres qui ont du rapport à ceux-là.

En agitant les bras avec violence, ils étendent leur action, par le moyen des muſcles pectoraux & autres, ſur les cartilages des côtes, & en développant la poitrine, ils font de la place aux poumons, aux viſceres de l'abdomen, & rétabliſſent bientôt leurs fonctions primitives. Mais pour obtenir du

ſuccès de ces exercices, il faut que les mouvemens des bras ſoient égaux & ſoutenus, afin de dilater également & d'une maniere uniforme la charpente oſſeuſe de la poitrine.

Si ces exercices paraiſſaient trop violens, eu égard à l'âge & à la faibleſſe, on pourrait en attendant que les enfans euſſent acquis aſſez de forces, leur préſenter un bâton aſſez long, pour leur faire tenir horizontalement par les deux extrêmités les bras étendus. Par ce moyen, les muſcles pectoraux étant contractés long-tems & ſouvent, ils contribueront également à la dilatation du thorax.

Ce petit exercice, peu fatigant, eſt encore propre à faire alonger les clavicules, & à faire rejetter en arriere les épaules des enfans, qu'on a trop ſerrées par l'uſage du maillot, &c. &c.

2°. La colonne épiniere eſt expoſée à d'autres difformités provenantes des cauſes que nous avons indiquées plus haut.

haut. Tantôt c'eſt ſa partie cervicale qui s'incline en devant ou ſur les côtés, & qui fait ſuivre cette direction à la tête : tantôt c'eſt le cou qui eſt tourné ou roidi : ou bien cette colonne flexible forme des boſſes ou des diſtorſions, &c. &c.

Si c'eſt le cou, qui a naturellement de la diſpoſition à s'incliner en devant, à cauſe du poids de la tête, ou par la faibleſſe & le relâchement de ſes muſcles, on peut aiſément vaincre ce penchant, s'il n'eſt pas très-ancien, en déterminant & contenant la tête dans une ſituation toute oppoſée, pour la relever & la tenir droite. Un ruban attaché en maniere de carcan, ſur la tête, & arrêté derriere les épaules ; la croix de fer & le collier, ſont des moyens qui deviennent efficaces avec le tems, & qui ſont connus de tout le monde.

Si la tête panche plus ſur une épaule que ſur l'autre, on n'ignore pas non plus que les meres ont recours à un bouquet

hériſſé de pointes, placé ſur le côté où l'enfant penche le cou, afin qu'en étant incommodé de tems en tems, il faſſe chaque fois des efforts pour ſe redreſſer le cou, ſur le côté oppoſé.

Un expédient que j'ai vu pratiquer dans un couvent, ſur des penſionnaires qui penchaient la tête, me paraît bien plus efficace encore. La Directrice, qui en était chargée, en les faiſant jouer à diverſes ſortes de jeux, leur propoſait ſans affectation de porter ſur la tête une pelotte ronde ou tel autre objet facile à gliſſer, & leur diſait que la regle de ce jeu était que, ſi on laiſſait tomber la pelotte en marchant, on donnerait des gages, ainſi que cela ſe pratique à d'autres jeux. On m'a aſſuré que cette méthode était preſque toujours ſuivie de ſuccès; car à force de s'exercer à ce jeu, ces enfans s'accoutument bientôt à tenir la tête droite : j'en ſuis d'autant moins étonné, qu'il eſt plus rare de voir des Laitieres & autres gens accoutumés

à porter des fardeaux sur la tête, n'avoir pas la tête droite. La raison de cette rectitude est sensible ; c'est le besoin qu'ont ces personnes de porter leur tête toujours perpendiculaire & toujours levée, pour ne pas laisser tomber leur charge (1).

A l'égard des petits garçons, si on ne voulait pas les faire jouer au jeu que nous avons dit, on pourrait leur enfoncer le chapeau sur les yeux, & par ce moyen ils seraient sans cesse obligés de relever la tête pour voir les objets qui pourraient arrêter ou contrarier leur marche.

D'autres fois le cou des enfans est inflexiblement tourné ou roidi par l'effet d'une mauvaise habitude, ou parce qu'on a tenu l'enfant trop long tems dans le

(1) Il n'en serait pas de même si l'on chargeait de fardeaux lourds la tête des jeunes gens ; en comprimant trop les vertebres cervicales, cette pyramide peut se déjetter de côté, sur-tout si ce qu'on porte n'est pas parfaitement d'à-plomb.

berceau la tête tournée d'un même côté, pour voir, ſoit la lumiere ou les autres objets de ſon amuſement; de ſorte que les muſcles s'accoutument à ce mouvement, & le défaut reſte.

Dans cette circonſtance, on voit la néceſſité de changer la poſition du lit de l'enfant; & ſoit qu'on lui parle, qu'on lui donne à manger, qu'on le faſſe jouer, ou qu'on le mene en voiture ou au ſpectacle, on voit bien, dis-je, qu'en obſervant de lui parler, de lui donner à manger, ou en le plaçant toujours de maniere à ne voir les objets curieux qui l'intéreſſent ou l'amuſent, que du côté oppoſé au torticolis, néceſſairement il fera des efforts, quelquefois ſubits, qui rameneront les muſcles du cou à leur direction naturelle. L'imagination fournit dans ces cas-là mille moyens de ce genre, qui peuvent devenir efficaces par la perſévérance (1).

(1) On peut lire dans *l'Orthopédie* d'Andry, les

C'eſt ainſi que la nature, par des mouvemens ſecrets, travaillera d'abord en dedans, & elle ſe manifeſtera enſuite au dehors; changement qui ne peut s'opérer par un mouvement paſſif, c'eſt-à-dire, par l'effort de la main ou d'une machine; car c'eſt la nature qui doit tout faire ici.

3°. La colonne épiniere eſt ſujette encore à d'autres difformités dans le reſte de ſon étendue, & qui ſont plus difficiles à corriger que celles du cou. Tantôt elle forme une boſſe ou un enfoncement; tantôt elle ſe déjette à droite ou à gauche, ce qui arrive le plus ſouvent dans ſa région lombaire.

Ces vices de conformation procedent ordinairement d'un effort, comme il arrive ſouvent aux jeunes écoliers qui ſe plaiſent à ſauter ou à ſe porter les uns ſur les autres; ou d'une habitude vicieuſe à ſe courber, à ſe pencher,

différens moyens qu'il propoſe contre ces difformités; on y trouvera des obſervations très-curieuſes.

à ſe renverſer, & qui fait qu'à la fin les parties oſſeuſes accoutumées à être pliées dans un même ſens, s'y durciſſent & ne peuvent plus ſe courber dans un ſens oppoſé, comme il arrive aux gens de cabinet, aux Laboureurs & aux Ouvriers, dont le métier eſt de ſe courber ainſi; & aux malades qui ont reſté long-tems dans un lit formant un creux dans le milieu; enfin ces difformités proviennent le plus ſouvent d'un ſuc viſqueux, qui aura, de lui-même, déplacé les vertebres de l'épine, en relâchant trop les ligamens, tel que chez les rachitiques, &c.

L'expoſé de ces différentes cauſes exclut entiérement le repos; & c'eſt le lieu à des mouvemens combinés, propres à étendre les muſcles, qui uniſſent les vertebres entr'elles & qui tendraient à redreſſer l'épine.

Quant à la boſſe, ſoit par devant ou par derriere, elle paraît incurable, à moins qu'elle ne ſoit commençante dans

un enfant. On a propoſé beaucoup de remedes qui n'ont pas encore eu l'effet qu'on en attendait : exceptons-en cependant la machine ingénieuſe que M. le Vacher, Doyen de la Faculté de Médecine de Paris, a décrite dans ſon Traité intéreſſant du Rachitis.

Pour ſeconder l'efficacité de cette machine ou de telle autre du même genre, on pourrait mettre en uſage les exercices qui tiennent le corps ſuſpendu par les mains : ſi en même tems on faiſait balancer le corps en le pouſſant en avant & en arriere, on augmenterait par-là ſon poids, on déterminerait davantage les muſcles à s'alonger, & par conſéquent les pieces oſſeuſes à ſe redreſſer.

Le repos de la nuit doit être dirigé d'après les indications curatives ; c'eſt pourquoi le lit doit être plutôt dur que mollet & ſans oreiller, & le corps bien étendu dans une ſituation horizontale ; de maniere que la tête & l'épine

ſoient le plus qu'il ſe pourra en ligne directe.

Il faut auſſi avoir l'attention, ſur-tout à l'égard des jeunes gens, dont la taille ſe voûte, de ne les laiſſer coudre, lire, écrire, travailler ou manger qu'en poſture droite ; il faut qu'ils portent plutôt leur ouvrage ou leur livre à leurs yeux, que leurs yeux à leur ouvrage ou à leur livre ; on en ſent bien les raiſons.

Tous ces moyens que nous venons de propoſer pour la cure de la boſſe du dos, peuvent également convenir à la tortuoſité de l'épine, en quelque ſens qu'elle ſoit. Ajoutons encore aux exercices qui tiennent le corps ſuſpendu, les différentes machines connues, & les corcets rembourés appliqués ſur la partie, hors le tems des exercices, & dès-lors nous aurons rempli toutes les indications.

Si l'épine fait un creux ou un enfoncement, ce qui eſt le contraire de la boſſe du dos, les mêmes exercices ſont

encore bien indiqués ; ceux qui font courber ſouvent le corps, tels que le jeu de boules, l'action de bêcher la terre & autres ſemblables qui contraignent le corps à ſe baiſſer ſouvent, ſont encore plus efficaces : mais ce qu'on pourrait rendre plus agréable aux jeunes gens, ce ſerait de leur jetter des cartes, des épingles, de la monnoie à terre, & toutes choſes en un mot qu'ils ſe feraient un plaiſir de ramaſſer. Alors la ſituation qu'ils ſeraient obligés de prendre, contraindraient à la longue l'endroit creux de l'épine à ſe redreſſer par la ſuite : mais il faut de la patience, & comme dit le proverbe, *perſévérance amene tout.*

Il eſt encore une autre eſpece de difformité de l'épine ; celle d'avoir la taille tout d'une piece, au point que les perſonnes ne peuvent mouvoir leur corps ſans les extrêmités. Alors on a l'air ſi contraint, qu'il ſemble qu'on ait un pieu planté le long de l'épine. Il

n'eſt pas extraordinaire de voir contracter cette mauvaiſe contenance à des convaleſcens qui ont eſſuyé des douleurs violentes de rhumatiſme, de goutte, ou après des maladies dont la cure a exigé un long repos & la ſituation horizontale.

Il paraît que cette gêne dans la flexion & dans les autres mouvemens de l'épine provient de ce que les cartilages qui uniſſent les vertebres, ſont trop ſerrés, & moins ſouples qu'il ne faut, & que les os auxquels ils ſervent de lien, n'ont pas aſſez de jeu.

D'après cela, il eſt aiſé de voir que les exercices, qui, par des flexions & des extenſions reitérées contribuent à dégager la tête, l'épine & les extrêmités rempliraient bien l'indication; de ce nombre ſont l'action de monter & deſcendre le long d'une rampe & tous les jeux qui obligent à ſauter, &c. &c. &c.

Difformités des extrémités.

1°. Une difformité particuliere aux épaules, c'eſt lorſque les omoplates ſont relevés & que le cou paraît, pour ainſi dire, enfoncé dans les épaules. En recherchant la cauſe de cette mauvaiſe conformation, on la trouve dans les effets de la liſiere avec laquelle on porte & ſuſpend les enfans en les faiſant marcher, ou bien parce qu'on les a aſſis à des tables trop hautes ou trop baſſes. La liſiere en effet & la table trop haute font lever les épaules plus qu'il ne faut, & le cou paraît enfoncé; la table trop baſſe oblige les enfans à ſe voûter, à élever & faire avancer les épaules en haut & en arriere. Pourquoi voit-on tant de difformités dans les Colleges? C'eſt qu'il n'y a d'ordinaire qu'une même table pour les jeunes écoliers, de quelque taille qu'ils ſoient; en ſorte qu'elle eſt diſproportionnée pour quelques-uns.

La cauſe de cette difformité étant

connue, il eſt aiſé d'y remédier, en ayant l'attention de faire porter aux enfans leurs coudes en arriere, de les poſer ſur les hanches & d'avancer la poitrine lorſqu'ils marchent; de les faire aſſeoir ſur des ſieges ſans accoudoirs, & dont la hauteur ſerait proportionnée à la hauteur de la table où ils mangent & travaillent, & de leur faire obſerver une ſituation droite du corps étant aſſis.

Par ces différentes poſitions, les épaules ſeront obligées de baiſſer inſenſiblement. Ce qui déterminerait encore cet effet, ce ſerait de donner ſubitement de petits coups de la main ſur les épaules de l'enfant, car à chaque fois qu'on les lui frappe il fait un petit effort qui tend à baiſſer les épaules & à les mettre au niveau où elles doivent être à l'égard de la partie inférieure du cou. Le port des armes, & ſur-tout la danſe du menuet ont particuliérement cet avantage de faire baiſſer les épaules, de

les retirer en arriere, & de donner une contenance qui plaît.

Un autre défaut particulier aux épaules, c'eſt lorſqu'il y en a une qui panche trop ſur un côté. Si cette difformité provient d'une mauvaiſe habitude, ſi elle eſt un reliquat de la paralyſie, ou la ſuite d'une luxation ou d'une fracture dans ces parties, il eſt plus facile d'y remédier que lorſqu'elle eſt le réſultat d'un coup de feu, parce qu'il eſt à craindre que les parties oſſeuſes & muſculaires ne ſoient plus dans leur intégrité.

La Gymnaſtique chirurgicale nous offre ici mille moyens pour corriger cette difformité. Par exemple, ſi l'épaule eſt trop penchée du côté gauche, qu'on ſaute à *cloche-pied*, ou qu'on ſe tienne debout ſur le pied droit, & le gauche en l'air, il arrivera néceſſairement que l'épaule droite qui baiſſait trop, levera: cela ſe fait naturellement en vertu de l'équilibre ſur un ſeul pied, ſans quoi

le corps tomberait. *Et vice versâ* pour l'autre épaule qui pencherait trop.

Un autre moyen pour faire relever une épaule qui baisse (moyen qui peut paraître contraire à l'indication, & qui ne l'est pas), c'est de faire porter un fardeau sur l'épaule défectueuse, & de ne point toucher à celle qui leve. Cet exercice, à la longue, mettra bientôt les épaules de niveau. Ceux qui ont bien observé les Porteurs, doivent avoir remarqué que l'épaule qui porte un fardeau, monte toujours plus haut que celle qui n'est pas chargée. Cette méchanique, simple en elle-même, fait voir l'erreur de ceux, qui, pour obliger un enfant à baisser une épaule qu'il leve trop, lui mettent un fardeau sur l'épaule *élevée*, s'imaginant que le poids la lui fera baisser, puisqu'au contraire c'est le moyen de la lui faire lever davantage.

Au lieu de mettre un poids sur l'épaule qu'on veut faire relever, on peut

faire porter par la perſonne (avec la main qui eſt du côté de cette épaule), quelque choſe d'un peu peſant, & la faire marcher au loin. Le côté qui n'eſt pas chargé penchera beaucoup pour faire le contre poids; toute cette partie eſt alors en contraction, tandis que l'autre eſt diſtendue. Cet expédient peut être d'une grande utilité quand on a la taille plus tournée d'un côté que de l'autre. L'on pourroit auſſi faire porter un paquet ſous le même bras, du côté de l'épaule qui baiſſe; l'effort qu'on fera pour le ſoutenir contribuera encore à faire relever l'épaule.

Si l'on marche, la main appuyée ſur une canne très-baſſe, c'eſt encore un bon moyen pour faire baiſſer une épaule qui leverait trop; ou avec une canne haute pour faire relever une épaule qui pencherait trop.

Veut on ſe repoſer? qu'on s'aſſeye dans une chaiſe à deux accoudoirs, dont l'un ſoit plus haut que l'autre, en ſorte

que l'accoudoir haut ſoit du côté de l'épaule qui baiſſe, & l'autre, qui eſt plus bas, du côté de l'épaule qui leve. Voilà des moyens bien ſimples & très-connus des gens de l'Art. Doute-t-on de leurs effets ? Chacun peut les vérifier ſur ſoi.

S'agit-il d'un enfant au berceau, incapable par lui même de faire uſage de ces expédiens ? On peut y ſuppléer dans ſon berceau même. Laiſſez-lui un bras dehors, l'épaule de ce bras baiſſera, & celle du bras qui ſera enmailloté, levera. Paſſons aux extrêmités inférieures.

2°. Il n'eſt pas extraordinaire de voir qu'après une fracture, une grande plaie, qui a exigé un long repos, après la goutte, la ſciatique, ou une brûlure à la jambe, qu'elle ſe retire, ſans qu'il y ait luxation, & d'autres fois par le roidiſſement des muſcles qui ſervent à ſes mouvemens ; de ſorte qu'on ne peut l'étendre ni en diſpoſer à ſon gré pour s'empêcher

de boiter. Dans ce cas, après avoir employé les topiques convenables, rien n'eſt plus propre pour exciter l'alongement des muſcles retirés, que de porter un ſoulier garni d'une ſemelle de plomb, dont le poids ſerait proportionné au retirement plus ou moins grand de la jambe. Joignons à cela l'action de marcher beaucoup, & ſur-tout dans des terres graſſes, ou dans beaucoup de neige preſque fondue, parce qu'alors les pieds enfonçant beaucoup & ſe collant pour ainſi dire, il faut plus d'effort pour les retirer du trou qu'ils ont fait.

Si au contraire la claudication ne permet pas que le talon touche aiſément à terre, & que les muſcles & les tendons ſoient ſuſceptibles d'une plus grande extenſion, les remedes connus étant employés, on peut les rendre plus efficaces en s'exerçant ſouvent à monter des plans inclinés, ou une montagne; parce qu'alors le bout du pied, quand on monte, eſt

obligé de lever; or le bout du pied ne peut lever, que le tendon de la jambe ne descende, & en même tems le talon.

Une autre difformité dans le marcher, c'est lorsque la jambe n'est jamais bien étendue, ou parce que les genoux sont devenus, comme l'on dit, *cagneux*. C'est ce qui peut arriver à la suite d'une fracture de la rotule, du rhumatisme, du rachitis, par faiblesse ou pour avoir porté des sabots ou des souliers à talons hauts. On peut prévenir & corriger cette difformité, en portant une chaussure sans talon, afin que le pied reposant plus à plat, le tendon d'achille en soit mieux tendu.

Voyez les femmes qui sont chaussées à talons très-hauts; elles sont pour la plupart mal assurées sur leurs jambes: or plus les talons seront bas, plus les muscles des jambes seront en exercice; plus ils seront en exercice, plus ils se fortifieront, & par conséquent les

jambes reprendront leur rectitude naturelle.

Lorſqu'à la ſuite d'une entorſe, on a marché trop tôt, il arrive ſouvent que le pied penche plus d'un côté que de l'autre; d'autres fois cette incertitude des pieds pendant la marche, eſt le réſultat du rachitis ou de la faibleſſe des pieds. Il faut donner à ces perſonnes des ſouliers, qui, vers l'endroit où les pieds penchent, ſoient plus hauts de ſemelle & de talon; cela les fera incliner du côté oppoſé.

Enfin marche-t-on les pieds en dedans? On peut, lorſqu'il eſt encore tems, faire uſage de ces marche-pieds de bois, qu'on voit dans les couvens de femmes, pour les jeunes penſionnaires, dans leſquels il y a deux enfoncemens ſéparés, pour y mettre les pieds. Ces enfoncemens ſont creuſés & figurés de maniere que chaque pied y étant engagé, eſt néceſſairement tourné en dehors. On ſe ſert de ce marche-pied, lorſqu'on eſt aſſis;

ce n'eſt que par un long uſage de ce moyen, qu'on peut eſpérer que les ligamens des genoux & des pieds s'allongeront, que les articulations ſe prêteront davantage à la poſition que l'on veut donner aux pieds tournés en dedans.

Enfin a-t-on l'indication de faciliter l'accroiſſement des forces & l'agrandiſſement des extrêmités ſupérieures & inférieures? On peut avoir recours à la plupart des exercices actifs, qui étendent directement leurs effets ſur ces parties. Par exemple l'eſcrime peut opérer des merveilles, ſur le bras & la jambe droite, & par ſucceſſion ſur le reſte du corps. Cet exercice peut encore donner lieu à des mouvemens propres à corriger les mauvaiſes attitudes & les difformités naiſſantes du tronc, des bras & des jambes, & à achever la cure commencée par l'application des machines.

Il nous ſuffit d'avoir indiqué les moyens propres à corriger les princi-

pales difformités du corps : on peut en faire l'application à d'autres cas, & dans ceux mêmes où la diverſité des indications exigerait qu'on donnât d'autres préceptes. *Ab aliquibus diſce omnes.*

SUPPLÉMENT.

DES FRICTIONS.

ON entend par friction, l'action de frotter quelques parties du corps humain, ſoit avec la main, une éponge, de la flanelle, du linge neuf, une broſſe, du crin, &c.

La friction eſt une eſpece d'exercice appartenant à la Gymnaſtique médicinale. Auſſi eſt-elle compriſe dans la claſſe des exercices néceſſaires à la ſanté, & miſe au rang des ſix choſes non naturelles.

Les Anciens qui en connoiſſaient toute l'utilité, employaient la friction, non ſeulement comme un remede, mais encore comme un moyen journalier de conſerver la ſanté. On en avait preſque entiérement perdu l'uſage juſqu'au mi-

lieu du dernier ſiecle que les Anglais le rappellerent. Ambroiſe Paré eſt peut-être le premier qui ait employé ce remede dans la cure des maladies chirurgicales.

Il y deux ſortes de frictions, les ſeches & les humides. Détaillons les effets de la friction, les regles de précautions pour en aſſurer le ſuccès ; enfin les indications ſuivant leſquelles on doit en preſcrire l'uſage dans la cure des maladies en général.

Expoſé général des effets de la Friction.

En général les frictions occaſionnant une compreſſion & un relâchement alternatif des parties extérieures, elles doivent exciter un mouvement dans les ſolides & les fluides ; en animant la circulation, elles produiſent une chaleur qui réſoud & atténue les humeurs ; elles débouchent les pores de la peau, & les préparent à recevoir les médicamens conve-

nables qu'on veut faire paſſer dans la maſſe du ſang; enfin elles fortifient & procurent à-peu-près le même effet que les exercices modérés.

La rougeur & la chaleur des parties qu'on frotte, l'accélération du pouls, prouvent manifeſtement que le mouvement des humeurs eſt augmenté dans les vaiſſeaux de la peau; d'où il ſuit qu'on peut par les ſeules frictions augmenter l'action vitale, *ad libitum*, ſans l'introduction d'aucun médicament.

Auſſi des frictions faites ſur l'abdomen avec des étoffes rudes donnent-elles des effets merveilleux dans les cas où il y a inertie dans les viſceres. En effet ſi tous les matins, dans le lit, on ſe frotte l'eſtomac & le ventre avec de la flanelle, on augmente la circulation dans tous les viſceres du bas-ventre, on prévient les engorgemens, on diſſipe même ceux qui ont déjà commencé à ſe former, on fait couler la bile, on facilite les ſecrétions, on rétablit les digeſtions.

digeſtions. Si l'on frotte tout le corps, on favoriſe la tranſpiration & l'on anime toute la circulation. Enfin les frictions d'une longue durée peuvent tellement hâter cette circulation, qu'on donnerait une fievre ardente en les continuant trop long tems.

Ainſi les frictions peuvent ſuppléer à l'exercice, dans les cas où les perſonnes qui, à raiſon de circonſtances particulieres, ne peuvent ſortir du lit, ſe promener, ni faire quelques-uns des exercices convenables à leur ſanté, &c.

Les frictions ont des effets différens ſuivant leur eſpece & leur différence. Ambroiſe Paré, dans ſon Introduction à la Chirurgie, réduit toutes les eſpeces de frictions à trois: ſavoir, la forte, la douce & la modérée.

Dans la premiere, on frotte rudement les parties. La vertu de cette forte de friction eſt de reſſerrer & de fortifier les parties que l'on y ſoumet. Si on la réitere ſouvent, & qu'on frotte

assez long tems à chaque fois, elle raréfie, évapore, résout, exténue & diminue la substance des parties. « Elle » fait révulsion, dit Paré, & divertit » la fluxion des humeurs d'une partie » sur une autre ». Nous remarquerons que cette friction agit sur les veines & les arteres en les comprimant.

La friction douce ou légere a des effets différens : elle ne comprime que les veines, elle amollit & relâche, elle rend la peau douce & polie, pourvu néanmoins qu'on emploie assez de tems à la faire ; car celle qui serait d'une trop courte durée seroit absolument sans effet. Enfin elle ouvre les pores & les prépare à recevoir les médicamens qu'on se propose d'y faire pénétrer.

La friction modérée tient le milieu entre les deux autres, elle attire le sang & les esprits sur la partie.

Regles générales pour assurer le succès des Frictions.

En général les frictions, pour être administrées sagement, exigent les mêmes précautions que les autres exercices (1). Il faut être attentif à la nature de la friction & au tems convenable pour la réitérer ; & tout cela doit être soumis à des indications raisonnées sur l'état de la personne, & sur l'effet qu'on se propose d'obtenir.

On conçoit bien que le degré de force qui établit la différence des trois especes de frictions, doit être relatif ; car celles qui seraient modérées pour une personne très-robuste, pourraient être trop violentes pour une personne délicate : c'est pourquoi il faut avoir égard à l'âge, à la constitution naturelle des parties plus ou moins tendres &

(1) Voyez nos Regles Gymnastiques, exposées dans la premiere Partie.

ſenſibles, & à la fineſſe de la texture de la peau (1). Il faut auſſi, dans certains cas, procéder par degrés, & ne pas commencer par des frictions trop fortes.

Le nombre des frictions que l'on doit faire à une perſonne ne peut être fixé, cela dépend des forces; car il ſuffira d'en faire cinquante à une perſonne fort faible, tandis qu'on pourra en faire juſqu'à deux cens à une perſonne plus forte : auſſi en fait-on moins à une femme qu'à un homme, moins à un enfant ou un vieillard, qu'à un jeune homme. Enfin ſi l'on ne frotte que certaines parties, la friction doit être forte, & durer long-tems, puiſqu'il eſt impoſſible d'affaiblir promptement le corps en ne frottant qu'une partie; ſoit qu'on veuille dégager la partie même

(1) Monteſquieu dit quelque part, qu'il faut écorcher un Moſcovite pour lui donner du ſentiment. L'application de ce mot eſt aiſée à faire ici, & la conſéquence qui en réſulte, non moins facile à tirer.

ſur laquelle on fait des frictions, ſoit qu'on veuille en débarraſſer une autre. Mais ſi la faibleſſe de tout le corps demande qu'on emploie également par tout la friction, elle doit durer moins de tems & être plus légere.

Quelques perſonnes ſont dans l'uſage de ſe faire frotter légérement le matin & le ſoir avec une broſſe douce, pour ouvrir les pores & faciliter la tranſpiration. Il eſt bon d'obſerver que les frictions du ſoir ſont plus ſalutaires; parce qu'en ſe couchant immédiatement après, la chaleur du lit entretient l'effet de la friction: mais ſi c'eſt le matin, il faut éviter de s'expoſer à un air trop froid ou trop humide pendant l'uſage des frictions; il convient auſſi de faire échauffer l'appartement dans lequel on ſe fait frotter, afin que la tranſpiration que l'on a excitée ne ſoit pas ſubitement ralentie & interceptée par l'air froid, lorſqu'on frotte une autre partie. C'eſt pour cette raiſon que les An-

ciens faiſaient leurs frictions dans une étuve.

Enfin lorſque pour des raiſons particulieres on ſe frotte le ventre, il vaut mieux le faire étant à jeûn; & dans certains cas, il faut attendre que les premieres voies aient été dégagées, c'eſt-à-dire, que l'eſtomac & les inteſtins ſoient ſuffiſamment déſemplis.

Indications ſuivant leſquelles on doit preſcrire l'uſage des différentes frictions dans le traitement des maladies.

Les Anciens employaient avec utilité les frictions un peu fortes dans les maladies qui avaient pour cauſe la ſuppreſſion de la tranſpiration. Ainſi lorſqu'on s'apperçoit, par la ſéchereſſe de la peau, que la tranſpiration eſt arrêtée dans quelque partie du corps, il vaut mieux, d'après leur exemple, ſatisfaire à l'indication de déſobſtruer les glandes

cutannées, par des frictions univerſelles ou locales, & rétablir ainſi l'ordre naturel, que de troubler l'économie animale par des ſaignées, ou par des remedes pharmaceutiques, &c. &c.

Les frictions fortes ſont encore bien indiquées dans les rhumatiſmes, dont la cauſe prochaine paraît être un engorgement dans les arteres lymphatiques des membranes qui enveloppent les ligamens des articulations. En effet on a vu des rhumatiſmes, & autres douleurs fixes, qu'aucun remede n'avait ſoulagés, céder à ces frictions. Elles ſont très-efficaces pour fortifier les parties ſur leſquelles il ſe fait habituellement des fluxions : par cette raiſon, elles ſont un moyen utile dans la cure préſervatrice des ſciatiques & autres maladies du genre goutteux & rhumatiſant, fort ſujettes à récidives.

Nous remarquerons que la plupart des goutteux n'ont pas trop de confiance à ce remede, qui leur paraît trop

ſimple ; ſoit qu'on l'ait employé pour eux dans le tems de l'inflammation, (ce qui ne doit pas ſe faire, dans la crainte d'augmenter les douleurs); ſoit qu'on ne l'eût pas continué aſſez long tems pour qu'ils en reſſentiſſent du ſoulagement; ils ont conçu pour cette ſorte de remede une eſpece de mépris. Mais les vrais Praticiens, aſſez convaincus du ſuccès & de l'utilité des frictions pour engager leurs malades à en faire uſage, leur recommandent avec raiſon de ſe faire frotter avec des linges imprégnés de la fumée de quelques aromates ou de quelques liniments ; recommandation qui prouve moins la confiance qu'ils ont à ces fumées acceſſoires, qu'aux frictions en elles-mêmes. Mais il faut ſavoir condeſcendre à la faibleſſe & aux manies des malades.

Les plus grands Maîtres ont conſeillé, dans la cure de la léthargie, des frictions ſur l'occipital & le cou, dirigées

de haut en bas. Elles doivent être d'autant plus fortes, que l'assoupissement est plus profond. En effet les frictions très-fortes sont capables de réveiller d'un assoupissement apoplectique, & elles paraissent préférables aux fers rouges, que Lancisi, dans ce cas-là, recommande d'approcher des pieds d'un apoplectique, à l'eau bouillante, à la cire d'Espagne brûlante, à la mêche allumée sur les mains, les bras ou autres parties du corps, que Winslou propose.

On trouve à cet égard, dans les Ephémérides des Curieux de la Nature, l'Observation suivante : « Un Médecin » ayant soupçonné qu'un homme qui » était sans pouls & sans respiration » n'était pas mort, fit frotter la plante » des pieds de cet homme pendant trois » quarts d'heure, avec une toile de » crin pénétrée d'une saumure très-» forte, & par ce moyen il le rappella » à la vie ».

Lorſqu'il eſt queſtion de rappeller les noyés d'une mort apparente à l'exercice des fonctions vitales, la principale indication eſt d'exciter l'action des vaiſſeaux, de prévenir la coagulation des liqueurs & de leur donner du mouvement. Dans ce cas-là, les frictions fortes, faites avec des flanelles & des ſerviettes chaudes, ſur la ſurface du corps des noyés, ſont un des principaux ſecours qui ont le plus de vertu pour remplir les indications; en obſervant qu'elles doivent être augmentées, à meſure que les noyés donnent quelques ſignes de vie.

D'après ce que nous avons dit ailleurs, les frictions fortes, faites aux membres paralytiques avec une broſſe rude, ou avec des étoffes de laine, continuées juſqu'au point de rougir la partie, ou faites avec des ſtimulans, ſont bien indiquées pour réveiller le ſentiment en ranimant la circulation. On excite une force électrique en frottant certains ani-

maux, comme on l'obſerve ſur les chats. C'eſt peut-être en grande partie à cela qu'eſt dû le ſuccès de la friction faite aux paralytiques.

Les frictions doivent être appliquées ſur les endroits où peut être le ſiege de la paralyſie; mais ſi elle eſt générale, on doit les employer ſur les parties où les nerfs ſont plus gros & plus près des tégumens, comme ſur la tête, ſur le cou, particuliérement tout le long des vertebres cervicales, ſur les orbites, derriere les oreilles, tout le long de l'épine du dos, aux aiſſelles, aux aînes, aux jarrets, &c.

Il ſuit encore des effets de la friction forte, qu'étant faite ſur le corps d'une Nourrice, ſon lait peut recevoir plus d'action par ce moyen. Il en eſt du lait de la femme, comme du lait des animaux; celui d'âneſſe, celui de chevre, celui de vache, ſont beaucoup plus ſains, lorſque ces animaux ont été broſſés. Leur lait peſe moins ſur l'eſto-

mac des malades qui en uſent, & eſt moins ſujet à s'y coaguler : le goût eſt même ſi différent, comme l'obſerve Vanhelmont, par rapport à l'âneſſe, qu'on peut reconnaître par-là, ſi l'animal a été broſſé ou non (1).

La friction légere eſt propre à ſatisfaire à l'indication qu'on a de réſoudre l'extravaſation du ſang & de la lymphe, cauſée par des contuſions; pourvu qu'on l'emploie avant que l'inflammation ait paru, & qu'il y ait peu de douleur à la partie contuſe; car cette preſſion douce, broyant & diviſant le ſang & la lymphe coagulée, facilite l'entrée des humeurs repompées, dans les petits orifices des veines abſorbantes.

On ſait qu'on peut augmenter l'efficacité des frictions douces en les réuniſſant avec les ſaignées, & en fortifiant

---

(1) *Aſina pectenda eſt inſtar equorum. Ex lactis guſtu dignoſci poteſt, an aſina pexa fuerit iſto manèr nec-ne.* Vanhelmont.

ces deux moyens l'un par l'autre. Les malades en effet retirent dans les pleurésies de meilleurs effets de la saignée, lorsqu'à mesure que le sang coule de la veine, on a soin de faire de légeres frictions sur le côté douloureux.

Les frictions douces sont encore propres à satisfaire à l'indication curative de faciliter la circulation, de résoudre l'humeur épaissie dans les glandes & dans les viscères du bas-ventre; ou tout au moins sont-elles propres à seconder l'efficacité des autres remedes : mais ce n'est qu'autant que la matiere obstruante a acquis le degré de coction nécessaire, qu'elle est mobile, & qu'elle ne croupit que par le défaut du ressort des parties glanduleuses, que les frictions douces peuvent être employées avec fruit.

Vansvieten (1) dit avoir vu une parotide fort gonflée & très-dure, long-

1) *Comment. in aph. T. I. f. 233. art. 3.*

tems combattue ſans ſuccès par les remedes, en apparence les plus forts & les plus efficaces, céder enfin peu-à-peu, & ſe réſoudre en l'expoſant deux fois par jour à la vapeur de l'eau tiede mêlée & battue avec le vinaigre, & en y faiſant enſuite des frictions légeres, d'une heure chaque fois avec de la flanelle. Il ajoute qu'on a appliqué auſſi heureuſement une pareille méthode à des glandes ſcrophuleuſes du cou, rebelles à tout autre remede.

Ces ſortes de frictions, ſi elles étaient employées dans le traitement de l'emphyſeme, feraient ſortir du tiſſu cellulaire la matiere élaſtique qui en diſtend les cavités.

Elles ſont également propres à diſſiper l'enflure édémateuſe cauſée par l'amas des ſucs lymphatiques & ſéreux, qui croupiſſent dans le tiſſu cellulaire; accident qui eſt aſſez ordinaire à la ſuite des plaies d'armes à feu.

Elles produiſent encore un très-bon

effet sur les membres débilités par la gêne & la contrainte qu'ils essuient de la part des bandages & par l'inaction, pendant le tems de la cure des frictions, des grandes plaies, &c. &c.

Ces frictions douces avec des linges mollets ou des éponges fines, peuvent encore suppléer au défaut d'exercice qui serait nécessaire aux blessés. Elles réussirent parfaitement à Ambroise Paré, dans le traitement du Marquis d'Havrey, qui était réduit à la derniere extrêmité, à la suite d'un coup de feu reçu sept mois auparavant, & qui avait fracturé l'os de la cuisse. Dans cette cure, l'une des plus belles qu'on ait faites en ce genre, Paré prescrivit des frictions légeres avec des linges chauds sur la partie, pour favoriser l'opération des remedes capables d'atténuer & de résoudre l'engorgement du membre blessé; & il en faisait faire le matin sur tout le corps, « qui était, dit-il, grandement ex-» ténué & amaigri par les douleurs

» & accidents, & auſſi par faute d'exer-
» cice ».

Les frictions modérées, faites avec des linges chauds & aſſez long temps, préparent utilement à l'efficacité de l'application des ventouſes, des veſſicatoires & des cauteres potentiels; à celle des fomentations réſolutives, des emplâtres de même vertu, & de tous les remedes inciſifs ou ſtimulans, dont on ſe ſert ſur les tumeurs édémateuſes, & autres congeſtions de matieres fétides & indolentes qu'on veut échauffer.

Les frictions modérées ſont encore bien indiquées ſur une partie menacée d'ankiloſe, & d'autrefois ſur des articulations qui n'en ſeraient pas encore atteintes; car on ſait que dans la goutte, dans le virus ſcrophuleux, ſouvent le mal ſe communique d'une articulation à l'autre. C'eſt alors que les frictions modérées doivent être miſes en uſage ſur toutes les articulations; mais il faut les continuer long-tems, pour en retirer du

ſuccès, puiſqu'elles réſolvent ſouvent la ſinovie, & qu'elles r'ouvrent les pores abſorbans.

Outre tous ces avantages, les frictions modérées en ont un autre qui eſt remarquable, celui de donner un plus libre paſſage aux particules des topiques, dont on ſe propoſe de couvrir l'articulation. C'eſt pour cela que les frictions doivent précéder l'uſage des douches réſolutives, qu'on emploie dans la cure de l'ankiloſe, afin que les parties pénétrantes qui ſont dans l'eau, puiſſent être introduites juſques dans le tiſſu de la partie malade, & que la chaleur de l'eau qui s'y communique puiſſe l'échauffer juſques dans le profond de l'articulation.

M. Petit, en parlant de la cure de l'ankiloſe, dans ſon Traité des Maladies des Os, dit que « Les frictions faites » avec des linges chauds, peuvent » d'abord être miſes utilement en uſage, » pour ſuppléer au mouvement de l'ar-

» ticle ; & que ſi ces frictions ne ſuffiſent » pas ſeules pour réſoudre la ſinovie » & diſſiper le gonflement de la join- » ture, elles ſervent du moins à aſſurer » l'effet des autres remedes qui, par ce » moyen, agiſſent plus efficacement ».

Il eſt encore aſſez ordinaire de faire des frictions ſur les parties qui ne ſont point malades. On fait, par exemple, des frictions ſur les extrêmités inférieures, lorſqu'on veut dégager les parties moyennes ou ſupérieures du corps, pour exciter une dérivation vers les parties inférieures.

On a quelquefois réuſſi à rappeller la goutte dans les extrêmités inférieures, en les frottant modérément depuis les pieds juſqu'à la moitié des cuiſſes, avec une flanelle douce, de trois heures en trois heures, pendant un quart d'heure chaque fois.

C'eſt avec ſuccès qu'on fait encore des frictions aux pieds des aſthmatiques, qui ſont preſque toujours froids, pour

déterminer les humeurs vers les parties inférieures & pour rétablir la circulation dans ſon état uniforme & naturel ; d'ailleurs les frictions calment encore les ſpaſmes.

Les frictions modérées que l'on ferait ſur les articulations pendant la cure de l'eſquinancie, ſeraient avantageuſes ; car le relâchement, qui accompagne la tranſpiration qu'on occaſionne par ce moyen, ſe communique aux parties affectées.

Lorſqu'il arrive quelque déſordre dans l'économie animale par la rétropulſion d'une maladie cutannée, il eſt important de travailler au plutôt à faire reparaître la maladie. On y réuſſit quelquefois, en frottant le membre avec des linges bien chauds.

Ambroiſe Paré recommande l'uſage des frictions ſur tout le corps pendant la cure des plaies à la tête. « Il convient, » dit-il, de faire des frictions aſſez lon- » gues & fortes, univerſellement par

» tout le corps, excepté à la tête, tant » pour faire révulsion des matieres qui » pourraient monter en haut, lesquelles » s'augmentent fort par faute d'exer- » cice ».

On sait que dans le frisson, il convient d'accélérer le mouvement du sang, non par des cordiaux, mais par des frictions chaudes; lesquelles sont très-bonnes, sur-tout dans les frissons qui durent long-tems & qui mettent les malades en péril par leur longueur.

Elles sont encore propres à rappeller la chaleur des extrêmités froides; accident qui accompagne assez ordinairement les fievres continues.

On ne sent pas moins la nécessité de réchauffer, par des frictions, les pieds, lorsqu'ils sont froids, avant que d'y pratiquer la saignée. Sans cette précaution, il y aurait du danger de les plonger tout froids dans l'eau chaude.

Dans les sueurs qui arrivent spontanément, ou par l'action des remedes

ſudorifiques, auſſi-bien que dans celles que procure un exercice violent, tel que le jeu de la paume, il eſt convenable de ſe faire eſſuyer & frotter modérément avec des linges chauds. Cette friction non ſeulement nettoie le corps, en abſorbant l'humidité qui le mouille, mais elle fait ſortir & exprime des pores de la peau des reſtes de ſueur & des ſucs excrémenteux qui y ont été portés, & donne du reſſort aux parties; auſſi remarque-t-on que ces frictions préviennent la laſſitude.

Nous pourrions encore joindre à l'expoſé des frictions le léchement des chiens, qui peut être conſidéré comme une eſpece de friction. Les obſervations que chacun a pu faire de la guériſon des galles, des ulceres & des gerçures (ſur les enfans), par le ſecours de la ſalive & de la langue des chiens, indiquent l'uſage de ce moyen dans ces ſortes de maladies de la peau, & autoriſent le conſeil que nous donnons de

s'en ſervir pour nettoyer ou pour guérir celles qu'on aurait à traiter.

J'ai vu des femmes en Province, qui faiſaient lécher réguliérement leurs enfans remplis de galles & de gerçures, par des chiens fort friands de cette occupation. Il eſt vrai que ces animaux nettoient ſi bien leurs petits, qu'ils ont la langue ſi propre & ſi douce, qu'il paraît naturel de procurer aux enfans le même ſecours.

FIN.

APPROBATION.

J'AI lu, par ordre de Monseigneur le Garde des Sceaux, un Ouvrage intitulé : *Gymnastique Médicinale & Chirurgicale*, par M. TISSOT & je n'y ai rien trouvé qui pût en empêcher l'impression. A Paris, ce 9 Juin 1780.

GARDANE.

PRIVILEGE DU ROI.

LOUIS, par la grace de Dieu, Roi de France & de Navarre, à nos amés & féaux Conseillers, les Gens tenants nos Cours de Parlement, Maîtres des Requêtes ordinaires de notre Hôtel, Grand-Conseil, Prévôt de Paris, Baillifs, Sénéchaux, leurs Lieutenants-Civils, & autres nos Justiciers qu'il appartiendra, SALUT. Notre amé le sieur TISSOT, Médecin, Nous a fait exposer qu'il desireroit faire imprimer & donner au Public un Ouvrage de sa composition, intitulé : *Gymnastique Médicinale & Chirurgicale* : s'il Nous plaisoit lui accorder nos Lettres de Permission pour ce nécessaites. A CES CAUSES, voulant favorablement traiter l'Exposant, Nous lui avons permis & permettons, par ces Présentes, de faire imprimer ledit Ouvrage autant de fois que bon lui semblera, & de le faire vendre & débiter par tout notre Royaume, pendant le temps de cinq années consécutives, à compter du jour de la date des Présentes. Faisons défenses à tous Imprimeurs, Libraires & autres personnes, de quelque qualité & condition qu'elles soient, d'en introduire d'impression étrangere dans aucun lieu de notre obéissance, à la charge que ces Présentes seront enrégistrées tout au long sur le Regiſtre de la Communauté des Imprimeurs-Libraires de Paris, dans trois mois de la date d'icelles; que l'impression dudit Ouvrage sera faite dans notre Royaume & non ailleurs, en bon papier & beaux caracteres; que l'Impétrant se conformera en tout aux Réglements de la Librairie, & notamment à celui du dix Avril mil sept cent vingt-cinq, à peine de déchéance

de la présente Permission; qu'avant de l'exposer en vente, le manuscrit qui aura servi de copie à l'impression dudit Ouvrage, sera remis dans le même état où l'approbation y aura été donnée, ès-mains de notre très-cher & féal Chevalier Garde des Sceaux de France le Sieur Hue de Miromesnil; qu'il en sera ensuite remis deux exemplaires dans notre Bibliotheque publique, un dans celle de notre Château du Louvre, un dans celle de notre très-cher & féal Chevalier Chancelier de France le Sieur de Maupeou, & un dans celle dudit Sieur Hue de Miromesnil; le tout à peine de nullité des Présentes, du contenu desquelles vous mandons & enjoignons de faire jouir ledit Exposant, & ses ayants-causes, pleinement & paisiblement, sans souffrir qu'il leur soit fait aucun trouble ou empêchement. Voulons qu'à la copie des Présentes, qui sera imprimée tout au long au commencement ou à la fin dudit Ouvrage, foi soit ajoutée comme à l'original. Commandons au premier notre Huissier ou Sergent sur ce requis, de faire, pour l'exécution d'icelles, tous actes requis & nécessaires, sans demander autre permission, & nonobstant clameur de haro, charte normande, & lettres à ce contraires : Car tel est notre plaisir. Donné à Paris le cinquieme jour du mois de Juillet l'an mil sept cent quatre-vingt, & de notre Regne le septieme. Par le Roi en son Conseil.

LE BEGUE.

Registré sur le Registre XXI de la Chambre Royale & Syndicale des Libraires & Imprimeurs de Paris, N°. 2049, fol. 333, conformément aux dispositions énoncées dans la présente Permission, & à la charge de remettre à ladite Chambre les huit exemplaires prescrits par l'Art. CVIII du Réglement de 1723. A Paris, ce 18 Juillet 1780,

LE CLERC, Syndic.

De l'Imprimerie de L. JORRY, rue de la Huchette.